

Universidade Federal de Santa Catarina
Programa de Pós-Graduação em
Engenharia de Produção

**QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE
E SUA RELAÇÃO COM O TRABALHO,
NO GRUPO DE TERCEIRA IDADE “AMOR E CARINHO”
DE SANTA TEREZINHA DE ITAIPU - PR**

Dissertação de Mestrado

Delci Elena Corbari Pereira

Florianópolis
2002

**QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE E SUA
RELAÇÃO COM O TRABALHO**

Universidade Federal de Santa Catarina
Programa de Pós-Graduação em
Engenharia de Produção

**QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE E SUA
RELAÇÃO COM O TRABALHO**

Delci Elena Corbari Pereira

Dissertação apresentada ao
Programa de Pós Graduação em
Engenharia de Produção, da
Universidade Federal de Santa Catarina,
como requisito parcial para obtenção
do título de Mestre em
Engenharia de Produção

Florianópolis
2002

Delci Elena Corbari Pereira

**QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE E
SUA RELAÇÃO COM O TRABALHO**

Esta dissertação foi julgada e aprovada para a obtenção do
título de Mestre em Engenharia de Produção no
Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção da
Universidade Federal de Santa Catarina

Florianópolis, 10 de junho de 2002

Prof. Ricardo Miranda Barcia Ph.D
Coordenador do Curso

BANCA EXAMINADORA

Prof. Eugenio Andrés Díaz Merino,
Dr.
Orientador

Prof. Francisco Fialho, Dr.

Prof. Glaycon Michels, Dr.

Dedico esse Trabalho

Ao meu marido **Adilon**, aos meus filhos, **Aglaê** e **André**,
meu genro **Leandro**, minha nora **Keit**, e a minha querida netinha **Heloísa**.

Pela compreensão das horas de ausência, pelo incentivo e apoio,
sem o que não seria possível a realização deste trabalho.

Agradecimentos

Com o objetivo alcançado, manifesto o meu agradecimento a todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para este estudo, em especial:

- ❖ *A Deus por estar sempre me iluminando.*
- ❖ *A Universidade Federal de Santa Catarina.*
- ❖ *Eugenio Andrés Diaz Merino, Dr., meu orientador, pelo apoio, confiança e ter esperado “o meu tempo”.*
- ❖ *Aos membros da banca , por aceitarem compor a banca de avaliação deste estudo, e pela riqueza dos comentários que farão.*
- ❖ *Aos meus pais Alfredo e Romilda, pelos ensinamentos na vontade de lutar sempre.*
- ❖ *À meus irmãos Dalva, Diva, Adelar, Ademar, Claudina e Rosa Maria, pelo estímulo, apoio e preocupação.*
- ❖ *Aos meus amigos, cujo convívio tornou mais agradável e estimulante a realização deste curso, em especial a Reinalda Blanco Pereira, e a todos os demais colegas de turma, pelo incentivo, e apoio durante todo o curso.*
- ❖ *A todos os membros integrantes do grupo “Maturidade Amor e Carinho” de Santa Terezinha de Itaipu, que se dispuseram, gentilmente, a participar deste estudo, mesmo no anonimato, A minha eterna gratidão, amizade, e respeito .*
- ❖ *À Prefeitura Municipal pelo apoio e por permitir a utilização da “Casa da Melhor Idade”*

*"A função da ciência não é só acrescentar mais anos à vida,
mas acrescentar mais vida aos anos."*(John Osborn)

*"Eu fiz um acordo pacífico com o tempo, nem ele me persegue,
nem eu fujo dele. Um dia a gente se encontra."*(Mario Lago)

*"A afirmação da vida é o ato espiritual no qual o homem pára de viver
irrefletidamente e começa a dedicar-se à própria vida com reverência, para que
ela passe a ter o seu devido valor."*(Albert Schweitzer)

*"As pessoas podem transformar as suas vidas transformando
as suas atitudes."*(William James)

*"Os melhores médicos do mundo são os doutores
Repouso, Dieta e Alegria."*(Jonathan Swift)

*"O que fazemos conosco agora é o mais importante para o amanhã.
Se não fizermos nada para mudar nossa atitude e o nosso modo de atuar,
amanhã parecerá ontem, exceto pela data."*(Moshe Feldenkrais)

*"A maioria dos homens emprega a metade da vida, preparando a infelicidade
da outra metade."*(La Bruyère)

*"Sejamos, com a nossa ciência de viver, um exemplo para os que vêm atrás de
nós."*(Autor Desconhecido)

Sumário

Lista de Figuras	p. viii
Lista de Quadros	p. ix
Lista de Tabelas	p. x
Lista de Reduções	p. xi
Resumo	p. xii
Abstract	p. xiii
1 INTRODUÇÃO	p. 1
1.1 Apresentação da Problemática	p. 1
1.2 Objetivos da Pesquisa	p. 6
1.2.1 Objetivo Geral	p. 6
1.2.2 Objetivos Específicos	p. 6
1.3 Justificativa	p. 7
1.4 Estrutura do Trabalho	p. 11
1.5 Delimitação da Pesquisa	p. 12
2 REVISÃO LITERÁRIA	p. 13
2.1 Abordagem Ergonômica	p. 13
2.2 Histórico do Trabalho	p. 21
2.3 Histórico do Envelhecimento humano	p. 26
2.4 A Gerontologia	p. 36
2.5 Seguridade Social e Terceira Idade	p. 40
2.6 Psicologia do Trabalho e Desigualdade Social na Terceira idade	p. 48
2.7 A Expectativa de Vida e o Trabalho do Idoso no Brasil	p. 54
2.8 O Papel do Idoso no Organismo Social	p. 60
2.9 A Segunda Carreira	p. 63
2.10 Conceito de Saúde	p. 66
2.10.1 Estresse o Maior Inimigo da Vitalidade	p. 68
2.10.2 O Exercício Físico e a Alimentação	p. 70
2.10.3 A Fé e o Ser Humano	p. 74
2.10.4 A Importância do Lazer	p. 77
2.11 Qualidade de vida	p. 81
2.11.1 Conceito de Qualidade de Vida	p. 81
2.11.2 Instrumentos de Medida de Qualidade de Vida	p. 84
3 METODOLOGIA	p. 86
3.1 História do Grupo de Terceira Idade Amor e Carinho	P. 89

3.2 Caracterização da População e Definição da Amostra	p. 92
3.3 Aplicação da Metodologia no Grupo 3ª Idade Amor e Carinho	p. 98
3.4 Análise e Interpretação dos Dados	p. 100
4 CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES	p. 109
4.1 Conclusões	p. 109
4.2 Recomendações Para Trabalhos Futuros	p. 113
5 FONTES BIBLIOGRÁFICAS	P. 114
5.1 Bibliografia Referenciada	p. 114
5.2 Bibliografia Consultada	p. 121
6 ANEXOS	p. 124
6.1 Primeiro questionário aplicado na amostra	p. 124
6.2 Segundo questionário aplicado na amostra	p. 125
6.3 Resultados da segunda fase da pesquisa em números	p. 129
6.4 Resultados da segunda fase da pesquisa em percentuais	P. 131
6.5 Classificação dos itens da quarta coluna por prioridade	p. 133
6.6 Terceiro questionário aplicado na amostra	p. 135

Lista de Figuras

Figura 1: Disciplinas de base da ergonomia	p. 15
Figura 2: Determinantes da saúde	p. 67
Figura 3: Amostra por faixa etária	p. 94
Figura 4: Amostra por grau de escolaridade	p. 95
Figura 5: Amostra por estado civil	p. 96
Figura 6: Amostra por sexo	p. 97
Figura 7: Itens mais assinalados na primeira coluna	p. 100
Figura 8: Itens mais assinalados na segunda coluna	p. 101
Figura 9: Itens mais assinalados na terceira coluna	p. 102
Figura 10: Itens mais assinalados na quarta coluna	p. 102
Figura 11: Classificação dos itens de acordo com a ordem de prioridade	p. 104
Figura 12: Análise 1ª questão da 3ª fase da pesquisa	p. 106

Lista de Quadros

Quadro 1: A evolução de conceito de trabalho	p. 25
--	-------

Lista de Tabelas

Tabela 1: População total de 65 anos e mais por sexo / Brasil 1991 e Projeções 2000 - ..	p. 40
2020 ..	
Tabela 2: População por sexo e total de 65 anos e mais / Brasil. Censo 2000 ..	p. 41
Tabela 3: População e estimativa de idosos de 1996 a 2025, do Brasil em relação a outros países ..	p. 42
Tabela 4: Amostra por Faixa etária ..	p. 94
Tabela 5: Amostra por grau de escolaridade ..	p. 95
Tabela 6: Amostra por estado civil ..	p. 96
Tabela 7: Amostra por ..	p. 97
sexo ..	
Tabela 8: Demonstração numérica da MP dos 10 itens classificados ..	p. 103
Tabela 9: Análise 1ª questão da 3ª fase da pesquisa ..	p. 106
..	

Lista de Redução

Abreviaturas

Class. e Classf.	= Classificação
Mp e MP	= Média Ponderada
p.ex:	= Por exemplo
Pr.	= Paraná

Siglas

ANG	Associação Nacional de Gerontologia
EUA	Estados Unidos da América
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
IEA	internacional Ergonomics Association
OCDE	Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico
OIT	Organização Internacional do Trabalho
OMS	Organização Mundial da Saúde
ONU	Organização das Nações Unidas
SENPROS	Secretaria Nacional da Promoção Social
VPIAQV	Versão em Português dos Instrumentos de Avaliação de Qualidade de Vida
WHOQOL	<i>World Health Organization Quality of Life</i>

Resumo

PEREIRA, Delci Elena Corbari Pereira. **Qualidade de Vida na Terceira Idade e sua Relação com o Trabalho**. 2002. 150 folhas. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) – Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, UFSC, Florianópolis.

A dissertação *Qualidade de Vida na Terceira Idade e sua Relação com o Trabalho* aborda o tema melhoria da qualidade de vida das pessoas de terceira idade e sua relação com o trabalho (terapia ocupacional). Trata-se de um estudo exploratório, através de questionários, que objetiva delinear o significado dos termos "qualidade de vida" e "trabalho" junto à população alvo, e também, reintegrar o idoso como força de trabalho dentro de uma ótica ergonômica. Quanto a metodologia empregada, inicialmente elegeu-se os idosos vinculados ao grupo de *Terceira Idade Amor e Carinho* como população alvo; depois, foi elaborado um instrumento, para busca de referenciais, contendo a pergunta "O que você considera uma boa qualidade de vida na velhice?"; com as respostas obtidas, foi montado um questionário piloto com 46 itens para serem assinaladas as respostas preferenciais. Da análise das respostas desse questionário, montou-se o instrumento de pesquisa dessa dissertação com 5 perguntas sobre o tema, o qual, 100% das pessoas responderam que gostariam de trabalhar nessa faixa etária. Pessoas de terceira idade farão parte da força de trabalho do futuro e os sistemas de produção deverão se adequar a essa nova realidade. O trabalho não pretendeu uma generalização, e sim, uma aproximação maior desse universo, que tem se mostrado frustrado, ansioso e deprimido ao serem forçados a se aposentar, quando ainda teriam muito a contribuir. Os resultados obtidos demonstraram que a população idosa deseja trabalhar, ou seja, ocupar-se de algo, reivindicam um lugar na sociedade economicamente produtiva, sendo que para tanto necessitam de condições adequadas.

Palavras chaves : vida, qualidade, terceira idade, trabalho.

Abstract

PEREIRA, Delci Elena Corbari Pereira. Life of Quality on Third Age and its relations with Working. Florianópolis, 2002, 150 leaves. Paper (Magister's Degree in Engineering of Production) – Post Graduation Program in Engineering of Production. UFSC, 2002.

This dissertation: *Life of Quality on Third Age and its relations with Working*, deals with the enhancement of life quality of third age people, and its relations with work (*occupational therapy*). It is an exploratory research, through questionnaires, whose goal is to delineate the meaning of expressions like "life quality" and "work" among the target population, and also, reintegrating the elder as a work force, using an ergonomics approach. The methodology employed elected old people linked to group *Third Age Love and Affection* as the target population. In order to get initial references, a instrument was prepared with the question: "What you consider as a good life quality for old people?". With the obtained answers, we prepared a pilot questionnaire with 46 items from which the inquired members of the population registered their preferential ones. From the analysis of the answers to this questionnaire, we assembled our research instrument, used in this dissertation, with 5 questions about the theme. 100% of the population members answered saying that they would like to work during third age. Third age people will be part of the task force of the next millennia and the production systems must adequate their installations to accommodate this situation. We do not intended any generalization but just to enhance our comprehension about this universe. Our elders show frustration, depression, and anxiety when obliged to retire, because their feeling is that they still have a lot of think to give to the community they live in. The obtained results demonstrated that the senior population wants to work, in other words, to occupy of something, they demand a place economically in the society productive, and for so much they need appropriate conditions.

Key – Words: Life, Quality, Third Age, work.

1 INTRODUÇÃO

1.1 Apresentação da Problemática

Desde os primórdios da civilização os seres vivos buscam somar suas forças para sobreviverem às ameaças e desfrutarem das oportunidades existentes a sua volta. No reino animal, verifica-se que a maioria dos seres da mesma espécie procura se manter aglutinado para melhor competir e conservar o seu território. Aglutinam-se instintivamente para sobreviver aos ataques de outros seres que não pertencem ao seu grupo de referência, visando assim à perpetuação da espécie. No âmbito dos seres humanos esta posição instintiva de sobrevivência tem o alicerce da capacidade mental intuitiva e do dom da razão inerente ao homo sapiens (Finley, 1982).

Atualmente o Planeta Terra, mais do que simplesmente os Homens que nele habitam, passa por um momento de transformação muito rápida. Todas as atividades humanas se modificam e se convulsionam, recebendo a cada dia um volume tão grande de novas informações e tecnologias, impossíveis de serem abarcadas por um só indivíduo isolado.

Milanez (1986 p.7) relata que:

“O homem conquistou o cosmos, olhou a Terra de longe, e isso mudou sua concepção da Vida e do Universo. Na esteira destas conquistas, grandes debates foram abertos. Nenhum homem é mais um indivíduo isolado. As informações nos chegam, com a velocidade do rádio, da televisão e da internet, quase no mesmo momento em que ocorrem no outro extremo do Planeta. Cada indivíduo e cada comunidade, metidos em seu canto por mais distante que seja, buscam cada vez mais saber o que ocorre com o restante da humanidade”.

A ciência não foge a essa regra, e o avanço da medicina vem propiciando o aumento progressivo da longevidade e, portanto, da expectativa

de vida que nas últimas décadas do século XX, fato sem precedente na história, proporcionou ao ser humano uma longevidade nunca antes atingida. É cada vez maior o número de pessoas que ultrapassam a idade de sessenta e setenta anos e, mais que isso, que atingem essa idade em boas condições físicas e mentais e que, quando associados aos aspectos culturais, psíquicos, espirituais, e uma condição sócio econômica estável, que são fatores relevantes para a qualidade de vida aos anos acrescidos pela ciência, tem muito a contribuir com a sociedade.

Com o aumento da expectativa de vida no mundo, faz-se necessário pensar também na qualidade desses anos que sobrevieram. Diante disso, muitos pesquisadores têm se interessado pelo envelhecimento humano, ocasionando uma multiplicidade de opiniões e avaliações objetivas e subjetivas sobre a velhice. As avaliações objetivas, em sua maioria, focalizam as transformações no cabelo que embranquece, na pele que se enrugua, no andar já não tão rápido e fácil, modificando a postura corporal. No aspecto social, geralmente, se voltam para as classificações na qual a sociedade enquadra as pessoas em direitos e deveres, nos estereótipos a serem seguidos, tarefas ou papéis determinados, como por exemplo: aos sete anos, freqüentar a escola primária; aos dezoito, ingressar no serviço militar, aos vinte e um, a incorporação dos direitos dos adultos, aos setenta, a aposentadoria compulsória. No aspecto econômico, as pessoas de Terceira Idade passam a ser vistas como improdutivas, sendo decretada assim, sua velhice econômica e social. As avaliações subjetivas, preocupam-se com o que acontece ao indivíduo que atravessa por essas etapas, qual o seu sentimento e entendimento dessa situação, seus ganhos e perdas psicológicas, suas frustrações e aspirações.

A velhice, em cada sociedade assume significado diferente, pois a imagem que se tem dos velhos é afetada pela própria subjetividade e pela influência dos valores da cultura em que se está inserido (Vargas, 1994). A história da atividade produtiva, o trabalho, desenvolve-se na humanidade,

voltado prioritariamente para o lucro, adaptando o homem ao serviço, sem considerar as suas necessidades e bem estar (Souza, 1995).

A palavra trabalho tem duas origens etimológicas. A primeira é oriunda do latim *tripalium*, que era um aparelho de tortura. Da mesma forma o verbo trabalhar vem do latim *tripaliare*, que significa torturar com *tripalium*. Na Bíblia, o trabalho é apresentado como uma necessidade que leva a uma fadiga e que resulta numa maldição, *ganharás o pão com o suor de teu rosto*, mostrando o trabalho como um sacrifício para obtenção de algum resultado. Para os gregos, trabalho tem origem nas palavras *ponos*, com significado de esforço, penalidade e *ergon*, que significa a criação, a obra de arte (Merino, 2000).

A humanização do homem se deu pelo trabalho, isto é, pela sua atividade humana na luta pela sobrevivência, atividade especificamente humana: criação de elementos e de instrumentos de trabalho. No decorrer do processo histórico, o trabalho mudou de essência e passou a ser instrumento de auto-alienação. Na ânsia de libertar-se da natureza, mas preso a seus instintos animais, com o surgimento da propriedade privada, o homem tornou-se escravo dos seus deveres sociais. Num estágio mais avançado, o que o homem produz não mais lhe pertence, ou lhe pertence só em parte. O produto do seu trabalho pertence a outro, que lhe dá em troca alguns bens de subsistência ou um salário (Souza, 1995).

No regime do *salariato* (capitalismo), o trabalho revela sua verdadeira essência alienante, sendo uma atividade humana que produz valor de troca para outro. Engajou-se no trabalho passando de sujeito a objeto, de homem livre a coisa do outro, para o qual trabalha e de quem depende. Nesse processo anulou-se como pessoa humana. O que ele produz, ganha então valor de troca, pressupondo a existência de terceiros, passando a fazer assim não só o que ele quer, mas o que o outro quer (Basbaum, 1977).

Ao analisar a situação do homem em relação aos meios produtivos por ele desenvolvidos Basbaum (1977, p. 21) diz: “fizemos da produção um fim em si mesmo, ao invés de um meio para a felicidade transformamo-nos em parte

de máquinas, em vez de sermos seus senhores, somos bens à venda e nos alienamos do nosso verdadeiro eu”.

Surge em 1949, a ciência Ergonomia, preconizada por outros autores e teorizada em vários aspectos por Alain Wisner (*apud* Merino, 2000, p.4), como:

“O conjunto dos conhecimentos científicos relativos ao homem e necessários para a concepção de ferramentas, máquinas e dispositivos que possam ser usados com o máximo de conforto, de segurança e de eficácia, buscando resgatar consigo o significado da palavra grega *Ergon*”.

A Ergonomia tem como objetivo, adaptar o trabalho ao homem, desenvolvendo-lhe a sua dignidade. Com uma abordagem globalizante e como não poderia deixar de ser, volta-se também à problemática dos indivíduos que são retirados do mercado de trabalho pela aposentadoria compulsória por idade, quando ainda lhes resta um grande potencial a compartilhar com a sociedade.

Muito se comenta nos meios de comunicação sobre um perfil de população onde, cada vez mais, a parcela correspondendo aos idosos será mais e mais significativa. Se por um lado eles serão os principais consumidores do futuro, a retirada pura e simples dos mesmos do grupo dos homens produtivos também deve ser questionada.

Com base nestas indicativas, parece que chegou o terceiro milênio, mostrando a falência do sistema de trabalho, apresentando-se como escravizante do homem e também, castrador de seus sonhos e ideais. Tal forma de atividade desconhece o entusiasmo, e a ausência deste, carrega consigo a morte existencial.

Segundo Hegel (1990), a relação de trabalho para esse século deve encaminhar-se para uma maior realização do indivíduo, pois, no trabalho está contida a característica natural da universalidade, a do pensamento. Sem o pensamento, ele não tem objetividade, o pensamento é a sua definição

fundamental. O ponto mais alto do desenvolvimento de um povo é a consciência racional de sua vida e sua condição, a compreensão científica de suas leis, seu sistema judiciário, sua moral. No objetivo e no subjetivo é que está a unidade mais íntima, em que o espírito pode estar consigo mesmo. O objetivo de seu trabalho é ter a si como objeto, mas ele só pode ter-se como objeto pensando em si. Vendo por esse prisma, acredita-se que o trabalho tem outra função importante além da produção, que é a da ocupação com a criação. Ao se pensar na humanização da atividade de trabalho, contribui-se para o desenvolvimento do homem como espécie, do homem como ser, coincidindo com o pensamento de Hegel, em que quanto mais o homem se desenvolve espiritualmente, mais ele se torna consciente de si mesmo, ou seja, livre. De uma vez que, o desenvolvimento do Espírito em direção à consciência de si na história do mundo é o desenvolvimento para uma liberdade sempre mais pura. A história do mundo é o avanço da liberdade, porque ela é o avanço da autoconsciência do Espírito.

Diante do exposto, uma ação educativa junto à cultura, e dentro dela, ao próprio idoso, se faz necessária no acompanhamento das ações políticas e econômicas. Para que o homem se torne o autor de sua própria história, precisa desenvolver sua consciência e aprimorar sua percepção, a fim de suprimir o estado de alienação em que está inserido, para que assim, possa aflorar todo o seu potencial. Ao atingir esse estágio, supõe-se que ele terá modificado a si mesmo e ao estereótipo cultural, construindo assim, um novo referencial, com maior grandeza, acerca do envelhecimento.

A sensibilização da autora pela problemática do envelhecimento e a relação do mesmo com o trabalho, bem como, pela crença da mesma de que, se uma tarefa pode ser feita de maneiras diferentes, então o trabalho pode ser adequado às possibilidades e limitações das pessoas de terceira idade; uma vez que, pressupõe-se que é possível para homem ser capaz de aprender e ensinar, independente da faixa etária em que esteja situado. Esse estudo originou-se da sensibilização da mesma por essa problemática. A experiência da autora que atuou como coordenadora adjunta do Grupo Terceira Idade

Amor e Carinho do ano de 1994 até 1998. Diante dessa convivência com o grupo e a facilidade de acesso à população alvo. Para essa dissertação, optou por um trabalho exploratório acerca da temática, buscando junto aos próprios idosos o significado para eles de qualidade de vida e de trabalho.

O trabalho de pesquisa foi iniciado em junho de 2000, quando foi solicitado aos pesquisados o que eles consideram uma boa qualidade de vida na terceira idade. Com o resultado dessa pergunta foi elaborado um questionário, aplicado em agosto de 2001, para o mesmo grupo, onde assinalaram o que consideravam prioritário para viver com qualidade na Terceira Idade. Este questionário serviu de estudo piloto para a montagem de um segundo questionário, sobre o desejo de trabalhar nesta faixa etária, o qual foi aplicado em outubro de 2001 ao mesmo grupo, e sua análise demonstrou que a totalidade da população alvo manifestou o desejo de continuar trabalhando.

Com essas três etapas da pesquisa, em conjunto com a revisão bibliográfica sobre o tema, a qualidade de vida na terceira idade foi o objeto de estudo desta dissertação.

1.2 Objetivos da Pesquisa

1.2.1 Objetivo Geral

O objetivo geral do trabalho é estudar a relação entre a melhoria da qualidade de vida das pessoas que atingem a terceira idade e sua relação com o trabalho (terapia ocupacional) e outros segmentos sociais.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Analisar, através de questionário aplicado no *Grupo Amor e Carinho*, o significado de qualidade de vida para esta população.

- Delinear na visão do Homem de Terceira Idade o significado do termo *qualidade de vida e trabalho*.
- Discutir o conceito qualidade de vida sob a ótica de vários autores.
- Identificar o papel da ergonomia diante do ambiente de trabalho ideal para o cidadão idoso.
- Constatar qual o grau de conhecimento e entendimento do cidadão de terceira idade quanto aos seus direitos na sociedade.
- Identificar a interdisciplinaridade da gerontologia com a geriatria, a gerontologia social, a psicologia e a ergonomia.
- Perceber os sentimentos e o significado das ações e relações humanas presentes, nos pontos em estudo, no momento da vida de um indivíduo que está passando por transformações físicas, emocionais e sociais.

1.3 Justificativa

Dentro da problemática do envelhecimento, referindo-se aos últimos dados fornecidos pelo IBGE em dezembro de 2001, apresenta-se matéria do telejornal, Jornal da Globo [JOR], *A nova Família Brasileira*, exibido pela Rede Globo de Televisão e publicado em seu *site*:

“A típica família brasileira está ficando menor. É o que mostra o censo do IBGE. Em média, os casais estão tendo dois filhos, um número próximo ao dos países desenvolvidos.

A população também está envelhecendo. A idade média do brasileiro, que era de 21,7 anos em 91, subiu para 24,2 anos em 2000. Com a queda na natalidade, o número de idosos cresceu. Há nove anos, a proporção era de 14 para cada grupo de cem crianças. Hoje, já é de

20. Na opinião deste sociólogo, o governo precisa estar atento a essas mudanças.

Uma redefinição das políticas públicas, quer dizer que o governo não terá mais de investir, por exemplo, em creches e escolas de Primeiro Grau, mas terá de investir mais no ensino superior e no atendimento a uma população de idosos, avalia Ricardo Costa de Oliveira, sociólogo.”

Diante da conotação dada pela matéria a cima, vê-se a necessidade, de se atentar para o presente e principalmente, para o futuro do cidadão de terceira idade no Brasil e dentro da ótica do trabalho, estabelecer novos padrões ergonômicos que se moldem ao perfil deste trabalhador.

Anuários estatísticos, Relatórios do Ministério do Trabalho e Previdência, publicações científicas e outros, nos fornecem dados de estudo visando à definição da população futura provável em vários aspectos. Os dados sobre o estado de saúde da população futura são de uma manipulação delicada. De um lado, a consideração dos traços que o trabalho anterior deixou sobre os trabalhadores experientes, pode permitir a adaptação dos meios de trabalho, de forma a evitar a exclusão massiva dessas pessoas e a correspondente perda de experiência. De outro lado, a lembrança de danos evidentes à saúde, no seio de uma determinada população, pode às vezes levar a uma espécie de extrema ansiedade e conduzir a decisões prematuras de recorrer a uma população jovem, sadia, mas pouco experiente.

Acredita-se, ser uma realidade o trabalho na terceira idade. Esse ser humano, com suas potencialidades e limitações, podendo ser parte expressiva da força de trabalho desse milênio, em que, mais do que nunca, as questões relativas à carga mental do trabalhador se tornarão mais relevantes do que as relativas à carga física, resgatando o idoso com sua bagagem cognitiva e estratégias compensatórias de desempenho e de situações de estresse. Sendo assim, a presente dissertação é pertinente neste período de início do século, em que as pessoas estão se aposentando quando tem muito a contribuir com

sua experiência e, diante desta impossibilidade, apresentam-se ansiosas, frustradas, deprimidas e muitos deles apresentando-se física e psiquicamente aptos a continuar trabalhando.

Em Barreto (1992, p.19) temos que:

“Numa reunião de expertos em velhice nas Nações Unidas, o Doutor Walter Beatie, diretor do centro de gerontologia da Universidade de Siracusa fazia a previsão da população mundial com mais de 60 anos que em 1970 representava 8,4% do total, atingirá, no ano 2000, 9.3%, o que elevará o número de idosos de 304 milhões para 581 milhões de pessoas...” “, tinha-se, em 1900, 10 a 17 milhões de pessoas com mais de 65 anos, menos de 1% da população mundial. Em 1992 tínhamos 342 milhões, correspondendo a 6,2% e, estima-se que, em 2050 teremos 2,5 bilhões de pessoas com mais de 65 anos, cerca de 20% do total dos seres humanos”.

O Brasil que se considerava uma nação jovem, dentro em breve será uma das populações com maior número de pessoas com mais de 65 anos. O Jornal Folha de São Paulo, em 28/07/1996 (Da Silva, 1996, p. 3), nos apresenta matéria mostrando o quanto o Brasil necessita atentar para a questão do envelhecimento:

“O aumento do número de idosos causará impacto imediato na saúde e na Previdência, que terão seus gastos elevados. Em 1960, havia 0,9 aposentado para cada 10 pessoas em idade ativa (entre 15 e 65 anos). Hoje, há 1,3 aposentado para cada dez trabalhadores. Documento do Ministério da Previdência Social obtido pela Folha mostra que, em 2020, haverá duas pessoas em idade de aposentadoria (com mais de 60 anos) para cada 10 em idade produtiva (contribuintes potenciais do sistema previdenciário) e que diante dos fatos e das previsões para o futuro, faz-se necessário o estudo da qualidade de vida dos cidadãos da terceira idade com urgência, a fim de determinar qual

seu novo papel na sociedade e que perspectivas este cidadão poderá ter ao ingressar nesta fase da vida.”

Esses números contraditórios refletem um desconhecimento real do problema e, em segundo lugar, que o mais provável é que a situação a ser projetada seja bem mais preocupante do que a assinalada. Esta afirmativa se prende a duas considerações: Primeiro, a alta taxa de nascimentos durante a segunda guerra mundial acarretando a quebra da tendência à queda das taxas de natalidade que atingirá a terceira idade por volta de 2010 e, a seguir, o declínio na taxa de natalidade, que passou a ser negativo em muitos países do primeiro mundo. Com isso teremos um perfil populacional bem mais velho do que possa ser projetado por estatística. Faz-se necessário uma adequação nos sistemas de produção a esta nova realidade do trabalho, considerando o ritmo dos que, com mais de 65 anos, ainda são criativos e eficazes, e precisam continuar a iluminar o mundo com suas luzes sempre crescentes. Uma abordagem eco-ergonômica dos sistemas produtivos, onde se leva em conta o *socius*, o *anthropus* e o meio ambiente, não podem ignorar que o mundo caminha, inexoravelmente, para se transformar em uma sociedade de velhos (Fialho e Dos Santos, 1994).

O envelhecimento tem, sobretudo uma dimensão existencial, e como todas as situações humanas, modifica a relação do homem com o tempo, com o mundo e com a sua própria história, revestindo-se não só de características biopsíquicas, como também sociais e culturais (Vargas, 1994).

O desequilíbrio sócio-econômico, muitas vezes a aposentadoria submete o aposentado, causando-lhe insuficiência financeira, que por sua vez ocasiona deficiências de ordem material inviabilizando uma terceira idade com qualidade de vida. Muitas vezes o idoso não subsiste com o que ganha, necessitando residir com os filhos ou numa instituição asilar. Outras vezes, quando sua situação apresenta-se instável, poderá ter que receber em sua moradia, filhos desempregados, com seus cônjuges e netos.

O nível cultural e o autoconhecimento, são fatores que favorecerão o não isolamento, a alienação, o estado de serenidade, a não deterioração da inteligência e da inutilidade de viver.

Sem um planejamento, ao atingir o pleno amadurecimento, e se deparando com a aposentadoria, a tendência das pessoas é espelhar-se em outros que já se encontram nesta etapa da vida e muitas vezes os exemplos, por questões principalmente culturais, são desfavoráveis. É de ordem cultural o fato de que as pessoas não planejam sua velhice por temer que fazendo isso já estarão programando seu fim. Desta forma voltamos ao início onde só se pensa no que fazer ao chegar na aposentadoria. A idéia de descanso, férias prolongadas, acaba se transformando na sensação de inutilidade e obsolência e naturalmente desânimo.

Aquele que planeja sua velhice sabe que ao chegar a aposentadoria há muito que se fazer, viver e aprender se por em prática tais conhecimentos e atitudes terá garantido a qualidade de vida tão almejada. Ao conscientizar o cidadão para uma visão real da nova realidade populacional idosa e sua problemática. Acredita-se que a ergonomia, com o devido conhecimento deste tema, aproveitará no trabalho, o potencial das pessoas de terceira idade.

1.4 Estrutura do Trabalho

No primeiro capítulo, Introdução, apresenta-se aspectos referentes à origem da proposta o tema problema, segue apresentando os objetivos, a justificativa da pesquisa, estrutura da dissertação e considerações sobre estudos e esforços que vem sendo realizados pelos diversos pesquisadores nos campos correlacionados à Terceira Idade e Trabalho.

No segundo capítulo, Revisão Literária, focaliza-se os conceitos teóricos básicos envolvidos na pesquisa. Os problemas da Terceira Idade, seu desenvolvimento no tempo e espaço, abordando a ergonomia, a gerontologia,

a geriatria, o envelhecimento humano, a qualidade de vida, abordando sua relação com o trabalho.

No terceiro capítulo, Metodologia, apresenta-se um histórico do desenvolvimento das ferramentas metodológicas para o avanço das pesquisas científicas, a importância do método científico adotado, sua aplicação no problema tratado nesta dissertação e a forma pela qual pretendemos atingir nossos objetivos ressaltando a caracterização da pesquisa, a população alvo, a amostra, a coleta dos dados e a delimitação da pesquisa.

No quarto capítulo, Análise e Interpretação dos Dados, descreve-se analiticamente os dados levantados sobre o que foi observado e desenvolvido na pesquisa, a tabulação por meio de estatísticas, tabelas e gráficos.

No quinto capítulo, Conclusões e Recomendações, sintetizou-se interpretativamente os argumentos mais relevantes no estudo e apresenta-se recomendações para trabalhos futuros.

Na sequência dos capítulos, nos Elementos Complementares e Pós-Textuais, a bibliografia utilizada, e anexos com os questionários da pesquisa.

1.5 Delimitação da Pesquisa

A pesquisa delimitou-se no Grupo de Terceira Idade Amor e Carinho, hoje denominado, Grupo de Maturidade Amor e Carinho, de Santa Terezinha de Itaipu – PR. Este estudo tem por caráter uma pesquisa qualitativa baseada em questionários, durante o período compreendido entre junho de 2000 a setembro de 2001, com o objetivo de levantar entre os pesquisados, na primeira fase, fatores para se ter uma boa qualidade de vida, que serviram de base para a segunda fase, cujo objetivo visou evidenciar os principais itens que a amostra determinava como preponderantes para terem uma boa qualidade de vida na velhice. Esta segunda fase, serviu de base para a terceira, onde procurou-se estabelecer as considerações da amostra sobre a importância do trabalho e do ambiente, para obtenção da qualidade de vida almejada.

2 REVISÃO LITERÁRIA

Nesse capítulo, focalizam-se e discutem-se criticamente os conceitos básicos envolvidos na pesquisa, de acordo com a experiência de trabalho da autora com idosos participantes do grupo de terceira idade *Amor e Carinho*. Pretende-se fazer um estudo das teorias ligadas a terceira idade e o trabalho, a fim de gerar instrumental capaz de produzir resultados no que tange a qualidade de vida do idoso. Aborda-se também, o problema da terceira idade, seu desenvolvimento no tempo e espaço, com os principais temas correlacionados com terceira idade, Ergonomia, trabalho, envelhecimento humano, gerontologia, seguridade social, psicologia do trabalho na terceira idade, envelhecer holístico, idoso no contexto social a segunda carreira, saúde, estresse, alimentação, exercício físico, fé, lazer, qualidade de vida, história do grupo de terceira idade pesquisado.

2.1 Abordagem Ergonômica

O termo ergonomia foi utilizado pela primeira vez em 1857, pelo polonês W. Jastrzebowski, que publicou o *ensaio de ergonomia ou ciência do trabalho baseada nas leis objetivas da ciência da natureza*. porém somente durante a II Guerra Mundial, houve uma conjugação sistemática de esforço entre a tecnologia e as ciências humanas e biológicas, somente a partir daí a ergonomia veio a se desenvolver como área do conhecimento humano. Em 1960 a OIT (Organização Internacional do Trabalho) define ergonomia como sendo aplicação das ciências biológicas conjuntamente com a ciência de engenharia para lograr o ótimo ajustamento do ser humano ao seu trabalho. Atualmente vários países desenvolvem estudos e pesquisas nesta área de conhecimento. A International Ergonomics Association (IEA), define como “o estudo científico da relação entre o homem e seus meios, métodos e espaço de trabalho” [F.ERGON].

Encontra-se em Lida (1990, p. 301), que uma das formas de humanização do trabalho está no desenvolvimento de novas maneiras de

organização deste. O autor defende que “a organização deve ser feita com a participação dos próprios trabalhadores” de tal forma que eles possam desenvolver suas atividades sem um controle rígido, “com sentimento de auto-realização.”

A ergonomia que, nasceu da necessidade de responder a questões importantes levantadas por situações de trabalho insatisfatórias, apresentou por um longo período, na falta dos conhecimentos necessários, as respostas baseadas nas experiências (Wisner, 1987).

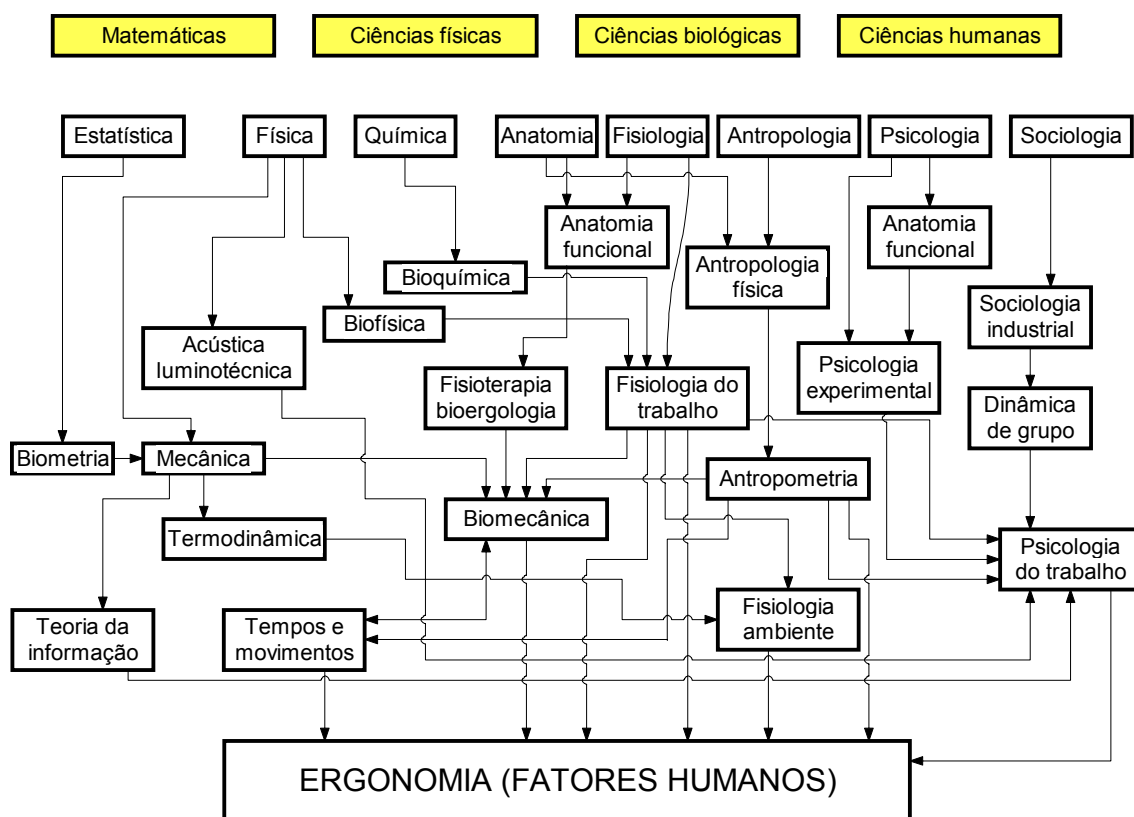
O método experimental permitiu grandes progressos no melhoramento das situações de trabalho ou pelo menos nas mais evidentes, onde se tinha a sensação de se poder poupar uma análise do trabalho. Esta forma experimental ainda faz sucesso entre muitos ergonomistas e isto se deve fundamentalmente ao fato da ignorância do funcionamento do homem no trabalho ser bastante profunda, onde as grandes ligações existentes entre uma tarefa e a sua realização e as condicionantes de tempo e local colaboram fortemente para este quadro.

As condições que envolvem um processo participativo dizem respeito tanto aos aspectos relacionados à organização e ao ambiente como aos aspectos relacionados aos indivíduos (Wisner, 1994).

O lineamento teórico da ergonomia é baseado em diversas disciplinas científicas, em particular da matemática, das ciências físicas, das ciências biológicas e das ciências humanas. Entretanto, as duas disciplinas que mais contribuíram para o desenvolvimento científico da ergonomia foram a psicologia e a fisiologia do trabalho.

A figura abaixo mostra a origem da ergonomia, a partir do inter-relacionamento entre os diversos campos de conhecimento e disciplinas científicas envolvidas.

Figura 1: Disciplinas de base da ergonomia



Fonte: [DBE]

Acredita-se que a ergonomia só acontecerá se existir a oportunidade de que vários níveis de uma organização participem na introdução e difusão dos princípios ergonômicos. Desse modo, a ergonomia é participativa na essência. Existirá, se na sua discussão o processo for participativo. Com o desenvolvimento de análises ergonômicas do trabalho, o quadro teórico oferecido pelas ciências cognitivas, que é essencial, demonstrou ser insuficiente, pois as exigências físicas, a diversidade dos trabalhadores e a variação do seu estado fisiológico e psíquico não podem ser desprezados e exigem modelos teóricos diferentes do cognitivo. Assim, a prática ergonômica depende irredutivelmente da diversidade das situações que aborda (Wisner, 1994).

Entende-se que o bem-estar é o objetivo do trabalho ao criar objetos e transformar o meio. Ele não depende só disso, depende em grande parte da

educação, entendida como melhora pessoal que se mostra em atitudes positivas, tanto a nível individual como social (Bustamante, 1996).

Para que este bem-estar esteja também no exercício da atividade de trabalho, a ergonomia enfrenta obstáculos para efetivar-se, por economia de custos a maioria das empresas de todos os portes continua resistindo ao princípio de que o ambiente de trabalho deve ser adaptado ao homem, e não o contrário. Assunto abordado no artigo *Conforto é Lei*, publicado na revista Pequenas Empresas Grandes Negócios (PEGN, 1996, p. 63):

"Terminou em 1995 o prazo de cinco anos dado pela Norma Regulamentadora 17 para que as empresas implementassem ambientes de trabalho ergonômicos."

"Editada pelo Ministério do Trabalho em 1990, a NR 17 tem força de lei e estabelece parâmetros mínimos de adaptação das condições de trabalho ao ser humano. Seu cumprimento é fiscalizado pelas Delegacias Regionais do Trabalho ou órgãos ligados à saúde."

"Campo de conhecimento multidisciplinar, a ergonomia é voltada para a prevenção dos distúrbios provocados por ritmos excessivos e postos de trabalho inadequados, que influem sobre a eficiência."

"...a NR17 trata de cinco itens: carregamento de peso, mobiliário, equipamentos, condições ambientais e organização do trabalho".

"...natureza da ergonomia, ciência que não tem fórmulas prontas. Depende do tipo de atividade e das pessoas envolvidas."

A previsão que a Engenharia Consultiva deve realizar sobre o efetivo de trabalhadores, necessário para o funcionamento de uma nova unidade é sempre difícil. Frequentemente, considerando-se a implantação de um processo automatizado, procura-se uma redução do pessoal necessário para atingir um certo nível de produção. Por outro lado, é freqüente também que a substituição do trabalho humano por automatismos seja superestimada e que a nova unidade de produção só possa efetivamente funcionar com um efetivo maior do que as previsões iniciais.

Na concepção de Duarte (1994), toda determinação de efetivo baseia-se sobre uma estimativa de uma carga de trabalho aceitável. Normalmente, o profissional de Ergonomia é consultado sobre esta noção de nível aceitável de carga de trabalho. Na realidade, não existe nenhuma resposta precisa sobre a questão de qual é a carga de trabalho aceitável. Tendo-se em vista que a carga de trabalho varia em função da situação, mas também em função do indivíduo. A Ergonomia pode contribuir na definição dos próprios termos do debate, esclarecendo, através da análise das atividades nas situações de referência, as limitações na substituição de homens por máquinas, definir o papel específico do homem, na história e contexto do processo, para elaborar diagnósticos complexos em situações de incidentes não previstos pela Engenharia de Produção, evidenciar os limites de uma comparação de efetivos equivalentes entre duas unidades semelhantes, que não questione os problemas relacionados sobre a repartição das tarefas nas diferentes organizações e, sobre as especificidades das condições de cada estabelecimento (condições ambientais, produtos fabricados).

Segundo o mesmo autor a Ergonomia pode contribuir para uma reflexão no que diz respeito à manutenção de trabalhadores experientes, mas sem formação teórica, assim como na admissão de jovens diplomados, mas sem experiência prática. Noção de perda de experiência para a empresa.

Montmollin (1990, p. 69) faz uma observação importante a respeito da ergonomia e a organização do trabalho onde afirma que “melhorar as condições de trabalho poderá significar igualmente a melhoria da produção”, sendo que a racionalização do trabalho tem de caminhar no mesmo sentido da produtividade. Desta forma evidencia-se que o papel da ergonomia não se restringe a adaptação do trabalho ao homem, utilizando-se do aprimoramento do ambiente, das máquinas, das tarefas e do local de trabalho, ou ainda, do estudo das características fisiológicas do trabalhador. Sua abrangência é maior visando o todo que envolve o trabalho e criando um paradigma para a organização do trabalho, onde o ser humano é o foco principal.

Diante do novo paradigma estabelecido, as organizações de trabalho passam a focalizar a satisfação e a qualidade de vida do trabalhador, somando-a aos conceitos de produtividade e lucratividade, já incorporados a estas organizações, passando assim, a interagir-se com a ergonomia. Deste modo, Montmollin (1990, p. 69) afirma que o “futuro da ergonomia será o de se confundir com a organização do trabalho, que a irá transformar.”

Na concepção de Fialho e Dos Santos (1994), o envelhecimento é um fenômeno contínuo na vida das pessoas, mas que pode ter manifestações em parte descontínuas. As dificuldades decorrentes, podem se manifestar em diferentes idades, segundo as condicionantes das situações da vida e de trabalho. Pode-se ser *mais ou menos velho* em relação a uma determinada situação de trabalho, mas é possível evitar certas dificuldades, devidas ao envelhecimento, agindo-se sobre os meios de trabalho.

Dentro de uma abordagem fenomenológica se é o que no momento se experimenta ser, ou seja, o indivíduo é a sua própria percepção. Portanto, se a experiência for móvel, flexível, certamente isso influirá na qualidade do trabalho, dará prazer, possibilidades de optar e de criar. Quanto mais próximo da consciência, maior possibilidade de intensificá-la e expandi-la. Podendo-se conseguir isso através de uma atitude fundamental de consciência contínua sobre o que se está fazendo agora, o que se sente no momento, o que se quer evitar, o que o outro quer e espera.

Para os mesmos autores (op cit), trabalhadores estarão realizando o que a abordagem gestáltica da psicologia chama de bons contatos, garantindo com isso a sua saúde mental, pois, segundo a gestalterapia, doença é a impossibilidade de um contato real consigo mesmo e ou com o meio. Contato ocorre em três níveis: cognitivo, emocional e comportamental. Quando a pessoa não desenvolve um pensamento reflexivo ou é bloqueada nos seus contatos, ela desenvolve sintomas neuróticos, tais como, não reconhecer a necessidade predominante, não reagir espontaneamente, incapacidade de

concentração, não se retrair quando necessário. Evidentemente que, o vigor de uma dessas situações se refletirá no exercício de seu trabalho.

O *homem* é construído diariamente, não é uma situação conquistada uma vez para todo sempre. Por pior que seja uma situação sempre é possível melhorá-la, modificá-la, recriá-la. Quando tomamos consciência de nossas capacidades e nossa responsabilidade sobre elas, as situações se modificam naturalmente.

Entretanto, problemas consideráveis existem quanto a exclusão prematura de trabalhadores idosos (problemas sociais e perda de experiência para a empresa, ocasionados por programas de demissões ou aposentadorias incentivadas); e a evolução da pirâmide de idade da empresa, risco do *envelhecimento conjunto*, aparecimento de classes vazias.

Os traços decorrentes das condições de trabalho na vida das pessoas podem desenvolver um papel preponderante em relação ao *envelhecimento natural*. Exemplo de danos auditivos, problemas articulares ou vertebrais, ligados ao trabalho, constitui-se em indícios claros do *envelhecimento precoce*.

Do ponto de vista legal, a usura devido ao trabalho é classificada como doença profissional, que pode aparecer tanto a curto como em longo prazo. Todavia, existe uma série de danos à saúde dos trabalhadores que, infelizmente, não são classificados legalmente como doenças profissionais. São justamente aqueles traços que se manifestam de forma mais tardia na vida dos trabalhadores.

O fenômeno da experiência é fruto da aprendizagem teórica/prática, desenvolvida ao longo dos anos, pelo exercício profissional dos indivíduos. Daí a importância que deve ser dada à análise do histórico profissional de cada trabalhador.

A idade não traz somente efeitos negativos sobre as capacidades de trabalho. Os anos de trabalhos permitem a acumulação de uma experiência profissional que facilita, muitas vezes, a execução das tarefas.

A gestão de tarefas é afetada pelo envelhecimento, influenciando a execução de tarefas. As condicionantes de tempo estritas são fontes de importantes dificuldades para os trabalhadores idosos. Todavia, o desempenho global não é necessariamente menor. O custo do trabalho (carga) para o idoso é sensivelmente maior. Importância da passagem da produção instantânea à produção global.

O aumento da dificuldade na gestão de várias tarefas simultâneas, também aumenta com a idade. Mas a experiência desenvolve um papel fundamental no gerenciamento de tarefas simultâneas. As múltiplas interrupções são particularmente custosas para os idosos.

A aprendizagem de dados codificados ou simbólicos é mais custosa para trabalhadores idosos, daí a importância da concepção das interfaces e dos diálogos.

Aumento da dificuldade com a idade para extrair uma informação pertinente de um ambiente de trabalho, sob a influência de ruído de fundo, que mascara outros sinais sonoros. Esta tendência pode ser, de certa forma, compensada pela experiência, que guia o indivíduo na exploração do ambiente (Fialho e Dos Santos, 1994).

Segundo Merino (2000, p. 9 e 11) tem-se:

“A ergonomia pode contribuir para solucionar um grande número de problemas sociais relacionados com a saúde, segurança, conforto e eficácia...” “Outro aspecto muito importante que deve ser considerado é a reação do usuário no nível psicológico. Deve-se avaliar todas as condicionantes que afetam o trabalho do indivíduo, assim como a interação Homem-máquina e todas as influências, tanto do ambiente físico (ruído, temperatura, iluminação, qualidade do ar, etc), como o comportamento e relacionamento dos usuários (tanto com as máquinas quanto com as pessoas).”

No ambiente ergonômico ideal o trabalhador tem papel principal, tornando-se o capital mais valorizado para empresa. Diante desta visão da ergonomia a empresa atende as necessidades dos trabalhadores tanto no ambiente de trabalho como fora dele.

2.2 Histórico do Trabalho

Pode-se definir o trabalho como uma atividade instrumental executada por seres humanos, cujo objetivo é preservar e manter a vida, e que é dirigida para uma alteração planejada de certas características do meio-ambiente do ser humano, ou como uma atividade que produz algo de valor para outras pessoas [F.ERGON].

Na mesma fonte tem-se que condições de trabalho inclui tudo que influencia o próprio trabalho e pode ser definida como, o conjunto de fatores que determinam o comportamento do trabalhador, tais fatores são compostos pelas exigências de critério de avaliação impostas e condições de execução do trabalho, ou seja, tudo o que caracteriza uma situação de trabalho e permite ou impede a atividade dos trabalhadores. Deste modo, distinguem-se as condições físicas, temporais e organizacionais e as condições subjetivas características do operador: saúde, idade e formação. Somado a isso tem-se as condições sociais tais como: remuneração, qualificação, vantagens sociais, segurança de emprego, em certos casos condições de alojamento e de transporte, relações com a hierarquia, dentre outras [F.ERGON].

Dejours (1997 p. 43) apresenta uma definição de trabalho de modo a demonstrar o contexto maior no qual ele se encontra onde “o trabalho é a atividade coordenada desenvolvida por homens e mulheres para enfrentar aquilo que, em uma tarefa utilitária, não pode ser obtido pela execução estrita da organização prescrita.” Assim o autor demonstra as reais considerações que se deve dar ao trabalho, onde o indivíduo tem papel essencial na sua execução, colocando nele seus aspectos pessoais.

Os registros históricos referentes à evolução do homem contam que este, em um de seus estágios evolutivos abandona sua vida nômade e passa a fixar-se em um local e produzir. Surge aqui o paradigma da acumulação, do *ter*.

A primeira definição conhecida de trabalho está escrita nas Sagradas Escrituras:

"Disse, pois, o Senhor Deus ao ser humano: maldita é a terra por tua causa; em fadiga comerás dela todos os dias da tua vida. Do suor do teu rosto comerás o teu pão, até que tornes a terra, porque dela foste tomado; pois és pó, e ao pó tornarás" (Bíblia, 1962).

Pode-se deduzir, então, que o trabalho está relacionado à noção geral de sofrimento e pena.

O dicionário eletrônico, Dicionário Universal da Língua Portuguesa trás as seguintes designações para a palavra trabalho:

"Do b. Lat. *tripaliu*, aparelho de três paus para sujeitar os cavalos que não se deixam ferrar; s. *m.*, acto ou efeito de trabalhar; conjunto das actividades humanas, manuais ou intelectuais, que visam a produtividade; esforço humano aplicado à produção de riqueza; cuidado ou esmero em qualquer serviço; ofício; ocupação; obra executada ou a executar; fadiga; cuidado; aflição; preocupação; ação de um maquinismo; maneira como alguém trabalha." [DULP].

Os primeiros trabalhos executados, eram manuais. Com o desenvolvimento o homem criou instrumentos que possibilitou a executar outros tipos de atividade.

Sobre a evolução do trabalho humano, Souza, et al (1995), salienta que nos séculos XI; até o século XV, surgiram ferramentas e máquinas; o automatismo mecânico (moinho, torno, roda d'água, prensa, parafusos). Surgem novas estruturas sociais e econômicas, trazendo como produto a regulação técnica, a normatização dos produtos, a parcialização de tarefas e o

caráter repetitivo da atividade no trabalho. Na idade média surgem novas máquinas e habilidades técnicas (operários especializados). No século XVI, criam-se manufaturas e novos modelos de organização do trabalho. No século XVII se estabelecem grandes empresas com capital considerável, tendo operários organizados em corporações ou comunidades.

Segundo a mesma autora, à medida que as organizações foram evoluindo, se cristalizaram idéias sistematizadas a respeito dos princípios que deveriam reger as relações de trabalho dentro das organizações de todos os tipos, com a finalidade de obter eficácia nos resultados esperados. Devido a maior opções de possibilidades, os indivíduos, passaram a diferenciar-se em gênero de vida, em funções e em ideologias. Assim, as primeiras associações que mereciam o nome de organizações foram desenvolvendo-se em um sentido contraditório: a produção (apropriação dos recursos da natureza e sua adaptação às necessidades humanas) o que por um lado significou um fator de humanização, por outro, levou o trabalhador a ser excluído do usufruto do seu próprio produto.

Ainda constata-se um aumento da população com concentração urbana, em função do êxodo rural, ocorrido no primeiro período do século XIX. Lutas políticas pela melhoria de vida acontecem em grande intensidade. Surgem então, as primeiras leis de proteção ao trabalhador. No século seguinte, com o aperfeiçoamento da máquina a vapor, se desenvolve um grande progresso técnico e um surto de industrialização com o trabalho assalariado. A evolução das condições de vida e do trabalho acontecem associadas as lutas e reivindicações operárias na luta pela sobrevivência. No Brasil, a pobreza urbana acompanhava o desenvolvimento do capitalismo. Surge o sistema de organização do trabalho conhecido como Taylorismo, que acarretava prejuízos ao corpo do trabalhador, e também neutralizava a atividade mental dos operários. Sindicatos fortes conseguem leis de proteção ao trabalhador nos seus aspectos de segurança, higiene e prevenção de acidentes Souza et al (1995).

Ainda referindo-se ao sistema de organização de trabalho, segundo Finelli (2001):

“Esta distribuição diferente dos rendimentos tem como base um aumento gigantesco da produtividade do trabalho devido à reorganização dos processos produtivos segundo cadeias de montagem (fordismo) e à definição científica dos tempos, dos movimentos e das funções (taylorismo). Na base, portanto, da moderna configuração social do capitalismo americano, Gramsci vê a transformação técnica do processo de produção, sua racionalização com o enorme aumento da intensidade do trabalho. A produção e a reprodução de uma força de trabalho que participe cada vez menos, com sua consciência e sua personalidade autônoma, no processo de trabalho e que seja, pelo contrário, um componente apenas mecânico e passivo deste processo, estão, de fato, no centro das páginas de *Americanismo e fordismo*:

Taylor [...] expressa com brutal cinismo o objetivo da sociedade americana: desenvolver em seu grau máximo, no trabalhador, os comportamentos maquinais e automáticos, quebrar a velha conexão psicofísica do trabalho profissional qualificado, que exigia uma certa participação ativa da inteligência, da fantasia, da iniciativa do trabalhador, e reduzir as operações produtivas apenas ao aspecto físico maquinal (caderno 22, § 11)”.

A importância das pessoas que compunham as organizações foi se perdendo. Coisas, métodos e processos foram sendo preferidos aos verdadeiros geradores do progresso e do desenvolvimento, os homens, passando a ser considerados como simples mão-de-obra, em lugar de as organizações atenderem às necessidades básicas das pessoas, pressuposto básico e justificador da existência delas. Conseqüentemente, advém: ênfase as tarefas; diminuição de custos e desperdícios; aumento da produtividade; diferenciação entre os elementos pensantes e os executantes, o que acarretou: mal estar; relações conflitivas e divergentes; homem apenas como

peças do sistema produtivo. O modelo burocrático desloca o enfoque das tarefas, estruturas e pessoas para os processos administrativos, enfatizando a formalidade das comunicações e a impessoalidade. Caracteriza-se pela profissionalização de seus integrantes. Violentadas às características naturais de formação, de capacitação, de socialização e de personalidade. Surge então, *A Era da Qualidade* (Souza et al, 1995).

Em Dos Santos e Fialho (1995), tem-se quadro que demonstra as transformações conceituais pelas quais o trabalho passou, no decorrer do tempo e de acordo como a cultura na qual este esteve inserido. Assim tem-se o quadro 1:

Quadro 1: A evolução do conceito de trabalho

Pré-história	Subsistência
Etimologia	Trabalho ⇔ tripalium Trabalhar ⇔ tripaliare (torturar com tripalium)
Na Bíblia	“Maldita é a terra por causa de ti: com dor comerás dela todos os dias da tua vida, do suor do teu rosto comerás o teu pão, até que te tornes à terra.” (Gênesis, 3:17/19)
Gregos	Trabalho-ponos ⇔ penoso Trabalho-ergo ⇔ criação
Adam Smith (1776) Taylor (Século XVIII)	Teorias sobre a divisão técnica do trabalho e o aparecimento da sociedade capitalista; Administração científica; divisão do trabalho e especialização do operário; análise do trabalho e estudo dos tempos e movimentos; homem econômico; padronização; entre outros aspectos.
Ombredane e Faverge (1955)	Trabalho é um comportamento e um constrangimento
J. Leplat (1974)	“o trabalho situa-se no nível da interação entre o homem e os objetos de sua atividade ele constitui o aspecto dinâmico do sistema homem-máquina”
Leontiev (1976)	“o trabalho humano (...) é uma atividade originalmente social, fundada sobre a cooperação de indivíduos, a qual supõe uma divisão técnica (...) das funções de trabalho”
Atualmente	O trabalho, para muitos estudiosos, é considerado como toda e qualquer atividade realizada pelas pessoas, sejam assalariadas ou não. Outro aspecto importante é que existe um consenso a respeito do maior patrimônio de uma organização: o capital humano.

Fonte: dos Santos e Fialho (1995 p. 17).

Com o advento da qualidade, em princípio voltada para o produto final, posteriormente passou a ser vista também nos meios produtivos e finalmente na qualidade do ambiente de trabalho introduzindo-se assim, os primeiros conceitos de ergonomia aplicada. Segundo Sell, em [F.ERGON], entende-se por trabalho:

“tudo o que a pessoa faz para manter-se e desenvolver-se e para manter e desenvolver a sociedade, dentro delimites estabelecidos por essa sociedade. E, o conceito de condições de trabalho inclui tudo que influencia o próprio trabalho, como o ambiente, tarefa, posto, meios de produção, organização do trabalho, as relações entre produção e salário.”

Boas condições de trabalho significam em termos práticos, que o trabalho deve ser realizável não ultrapassando os limites individuais do trabalhador, suportável ao longo do tempo, deve levar em conta a sociedade onde é executado, deve satisfazer o trabalhador e trazer desenvolvimento pessoal para quem o executa. Sendo assim, o trabalho dentro de suas condições e atribuições, tem que levar em conta os conceitos próprios da ergonomia [F.ERGON].

Em Ombredane e Faverge (*apud* Dos Santos e Fialho, 1995, p. 18), tem-se que “todo o trabalho é um comportamento adquirido por aprendizagem e tendo de se adaptar às exigências de uma tarefa.” Desta forma, pode-se dizer que o trabalho é visto como um comportamento e também como uma forma de constrangimento, pois obriga o indivíduo a se adaptar a ele. Mas se hoje o trabalho é visto como uma das razões de ser do indivíduo, este por sua vez pode trazer ao homem a necessidade de elevação de seu *status* social, de buscar o seu valor como capital humano. Assim a relação entre o homem e o trabalho é de fundamental importância para sua qualidade de vida.

2.3 Histórico do Envelhecimento humano

Na visão de Vargas (1983), as especulações sobre o envelhecimento humano são tão antigas quanto à própria história. Dentro de todos os agrupamentos sociais, o estado de velhice foi classificado conforme a condição social, desde o simples anonimato até a posição mais dignificante. Nas culturas onde a velhice recebia privilégios, esses só eram concedidos em idades bem avançadas, de forma que poucos conseguiam obtê-los.

O mesmo autor relata que a história sobre a velhice tem início quando gregos e romanos lançaram-se na aventura pré-científica do estudo das transformações humanas no século IV a.C. Os conceitos sobre envelhecimento e velhice já eram encontrados nesse período entre filósofos e pensadores de todas as raças e partes do mundo, permanecendo voltados para sentimentos de frustração e impotência ou de conflito e repouso. Era reservado para seus idosos, em cada sociedade, uma função e um lugar determinado, privilegiado ou marginal, segundo suas necessidades e seus valores. Desde o início das civilizações, com poucas e espalhadas informações, a mitologia e a literatura transmitiram uma imagem da velhice, quase sempre deformada, conforme as épocas ou lugares. Assim, a análise histórica da velhice é trabalhosa e difícil, com contornos indefinidos e às vezes contraditórios.

Ariès (1981), nos mostra que a divisão da vida surge na Jônia, no século VI a.C. segundo esse autor, a idade da vida se constituía numa categoria de grande peso, que foi absorvida por outras culturas através da arte e dos costumes ao longo dos anos.

No artigo de França (2001), encontra-se que, nem sempre o envelhecimento foi visto da mesma forma, uma vez que depende de uma série de fatores econômicos, sociais, demográficos, políticos, dentre outros. No entanto, ao longo de toda a evolução da humanidade, os idosos foram um elemento referencial na sociedade. Desde os mitos bíblicos da longevidade, a houve a identificação incondicional da velhice vinculada à sabedoria. Vários modos de valorizar e aproveitar os recursos da velhice tomaram forma e estruturaram o modo de vida e a consciência social dos povos. Do quinto livro do Gênesis sabe-se que Matusalém, que ganhou fama como o mais velho dos homens, morreu com 969 anos, e Adão com 930 anos. As próprias escrituras provam que os nomes de velho ou ancião não foram muitas vezes atribuídos em razão de uma grande idade, mas sim para honrar a maturidade dos juízos sobre a vida.

Da mesma autora têm-se que, esta velhice bíblica começou muito cedo a gerar diversos tipos de crenças, reportando a níveis não absolutamente imanescentes. O rei David, por exemplo, fundador do reino de Israel, desposou uma jovem viúva para que no seu corpo pudesse encontrar lenitivo para a sua velhice, pois era comum acreditar-se que o calor de uma jovem poderia rejuvenescer um homem envelhecido. A gerocomia era, desta forma, um recurso terapêutico que prometia o rejuvenescimento através da prática sexual.

Na mesma fonte encontra-se que para os egípcios, que cultivavam o mito da imortalidade, a fraqueza que se observava nos idosos era devida a uma dilatação do coração, uma vez que era aí, segundo a medicina faraônica, que habitava a inteligência, e não no cérebro. Deste modo, um ancião egípcio era saudado cortesmente pelos jovens que com ele se cruzavam, com uma reverência silenciosa. Já para os judeus, a velhice era bem encarada no caso das mulheres, mas muito mal vista no caso dos homens onde diziam que um velho homem numa casa é um fardo, uma velha mulher um tesouro. Os helênicos eram particularmente pessimistas, já que o culto da juventude não lhes permitia antever nada de bom após a sua passagem. Assim, Aristóteles brindava a velhice dizendo que carregava todos os males, embora reconhecesse que a maturidade começava aos 60 anos.

Em Vargas (1983, p.112), no seu levantamento histórico sobre o envelhecimento, registra que:

“Confúcio (551 a.C.), mestre por 10.000 gerações, realizou para si próprio uma das primeiras divisões das etapas da vida: aos 15 anos, dispus meu coração para estudar; aos 30, me estabeleci; aos 40, não alimentei mais perplexidades; aos 50, fiquei conhecendo os mandamentos celestiais; aos 60, nada do que ouvia me afetava; aos 70, pude seguir os impulsos do meu coração sem ferir os limites do direito”

Ainda no mesmo autor encontra-se que Mêncio (372 a.C.), filósofo, defensor do ideal humanista, sugeriu o que deveria ser tomado como condição de um bom governo, propagou que não se deve permitir às pessoas de

cabelos brancos que levem cargas nas ruas. Com esperanças de vencer a velhice, os egípcios procuraram de todas as maneiras sobrepor-se a essa realidade. É desta civilização que se tem o primeiro texto escrito 2.500 a.C. por Ptah-hotep, filósofo e poeta, de forma sombria e desesperançosa. Mais adiante ainda, tem-se que, para os adeptos do Taoísmo a longevidade constituía-se em virtude; a doutrina de Lao-Tsé situava os 60 anos como o momento em que o homem é capaz de libertar-se de seu corpo através do êxtase e de se tornar um santo. Na civilização chinesa a velhice era a vida sob sua forma suprema e, em nenhuma hipótese, um flagelo. A civilização judaica concebia os idosos como os eleitos e os arautos de Deus, atribuindo-lhes idades fabulosas, vendo na velhice, portanto, a recompensa máxima da virtude. Entre os judeus, os anciãos possuíam um papel importante na vida pública e, como os chineses, enquanto conservassem vigor físico e moral, eram eles quem governavam a família. Na Antigüidade grega, as instituições relacionavam a idéia de honra à velhice, de tal modo que as palavras, *gera* e *geron* que significavam velhice, tinham também o sentido de privilégio da idade, direito de ancianidade ou deputação (Vargas, 1983).

A idade da vida segundo Bach (1989), ressurge no século XIX, com força total através da Igreja, sendo incorporada pelas escolas e hábitos da época. Ainda de acordo com a autora, supõe-se que a obrigatoriedade dos registros de nascimento na França tenha sido introduzida pela Igreja através de Francisco I. Nessa época foi imposto aos párocos o controle dos nascimentos através de registros, difundindo-se a partir daí, a exigência de registros civis nos serviços públicos. Até o séc. XX o autor constata que a importância da idade chegava, em certos casos, a se manifestar sob formas de representação mais elaboradas. Em toda a parte a classificação da vida pela idade, designava o modo de existência, status e papéis através de um sistema que regulava o comportamento e a própria vida do grupo.

Ainda referindo-se as idéias da mesma autora, grandes mudanças ocorreram em relação às faixas etárias até nosso século, carregando consigo maneiras de conceber o corpo e a vida. Chega-se então às três principais

classes etárias: infância, juventude e velhice. A infância não-reconhecida até o séc. XII destaca-se na arte barroca pela imagem dos anjos. A juventude, exaltada no séc. XVII, desaparece e vai ressurgir no séc. XX sob o domínio conceitual da adolescência. A velhice repudiada nos séc. XVI e XVII, sob a imagem do velho decrepito, passa a ser privilegiada no séc. XIX com a figura do velho patriarca, do ancestral, do sábio e do prudente conselheiro, sendo novamente desprezada no séc. XX. O classificar a vida tornou-se cada vez mais complexo em todas as culturas, porém, preservando como características a unidade do tempo cósmico e a biologia humana. Além disso, outros fatores desempenharam papel importante de acordo com cada cultura; são eles: fatores sociais, históricos, econômicos, urbanização e aumento de média de vida. A importância da classificação etária, entretanto, se torna muito mais complexa, na medida em que são seus princípios que vão fixar os status e, conseqüentemente, os papéis, a prescrição de condutas, atitudes e sentimentos.

Acrescenta Vargas (op cit), na história política da Europa Ocidental, a divisão por idade caracteriza-se como o traço mais significativo e mais comum da organização social. Porém, os critérios da divisão, do privilegiamento ao não reconhecimento de determinadas classes de idade, variam historicamente. Um fato muito importante, que desde o antigo Egito até o Renascimento, o tema velhice foi quase sempre tratado de maneira estereotipada: mesmas comparações e mesmos objetivos, chega a haver na sociedade uma palavra de ordem, silenciar a seu respeito. Quer o enalteça, quer o avilte, a literatura o soterra debaixo de banalidades, esconde-o em lugar de revelá-lo. O envelhecimento tem sobretudo uma dimensão existencial, e como todas as situações humanas, modifica a relação do homem com o tempo, com o mundo e com a sua própria história, revestindo-se não só de características biopsíquicas, como também sociais e culturais (Vargas, 1983).

Para Néri (1995), o processo de envelhecimento ocorre diferentemente para as pessoas, dependendo de seu ritmo e da época de sua vida, pois, a velhice não é um período caracterizado só por perdas e limitações. Embora

aumente a probabilidade de doenças e limitações biológicas, é possível manter e aprimorar a funcionalidade nas áreas física, cognitiva e afetiva. Mesmo pessoas comuns podem alcançar alto nível de especialização em domínios selecionados da inteligência como, por exemplo, a memória e a solução de problemas. Esse fato dificulta estabelecer com precisão um limite etário ou periodização da velhice, pois, existe grande variabilidade individual e social em relação à época em que as pessoas aparecem, se declaram ou se comportam como velhas.

Ainda na mesma autora, tem-se uma tríplice visão do envelhecimento, que contempla as influências biológicas, sociais e psicológicas atuantes sobre o desenvolvimento humano. Segundo esse ele é necessário distinguir entre a senescência, a maturidade social e o envelhecimento. A senescência é referente ao aumento de probabilidade da morte, com o avanço da idade. A maturidade social corresponde à aquisição de papéis sociais e de comportamentos apropriados aos diversos e progressivos grupos etários. O envelhecimento corresponde ao processo de auto-regulação da personalidade, e é inerente aos processos de senescência e maturidade social, todos os três referenciados e simbolizados pelo tempo dos calendários e a idade cronológica. A idade cronológica é, portanto, um parâmetro adotado pelas disciplinas de desenvolvimento, que se movem entre as várias noções de tempo: físico, biológico, ecológico, social, psicológico e intrínseco.

Novaes (1995), em seu livro, *Conquistas possíveis, rupturas necessárias*, atenta para as contradições dos atuais mitos do envelhecimento, como por exemplo, o envelhecimento cronológico progressivo e universal sem levar em conta as pessoas que atingem a terceira idade com vigor físico, muitas vezes invejável, participando de eventos esportivos, com direito a competições oficiais. Outras vezes tem-se o mito da improdutividade, em desacordo com o desempenho intelectual e profissional de muitas pessoas de idade avançada que influenciam mais a história e a sociedade do que muitos jovens. Outro mito, o do desligamento e ausência de compromisso na vida, sendo possível encontrar pessoas com idade avançada que ainda possuem

dentro de si a vontade de viver. Confunde-se também idade avançada com senilidade e enfermidade, onde é possível desmenti-la diante de pessoas idosas com saúde mental e física, e capacidade de aprender e motivadas o suficiente para atualizar-se. A falta do interesse e desejo sexual também é desmentida diante de pessoas que atingem a terceira idade e ainda assim, buscam um parceiro para casar-se e viver uma vida amorosa plena. A passividade e conformismo atribuído ao idoso são derrubados diante de seus conflitos afetivos, angústias e estresse a que estão sujeitos. O desinteresse no futuro é desmentido quando se vê essas pessoas a curiosidade diante do milênio que se inicia. O auto-isolamento social e cultural cai por terra diante da necessidade de convivência intergeracional e de socialização. Observa-se grande número de grupos de idosos de todos os tipos: culturais, turístico, de amigos e de crescimento pessoal.

Embora se saiba que o estudo científico do envelhecimento humano está ainda engatinhando, há acordo entre os especialistas do envelhecimento quanto aos seguintes pontos: a natureza de envelhecimento e da velhice é mais complexa e diferenciada do que normalmente se pensa. a questão essencial do desenvolvimento integral na velhice é a busca do equilíbrio entre as potencialidades e limitações - se por um lado o envelhecimento implica declínio, fragilização e incapacidade, a cultura e o próprio indivíduo podem gerar condições que promovam progresso psicológico, a despeito ou por causa mesmo dessas limitações (Neri, 1993).

Em Soares (2001), encontramos que a OMS estipulou que as pessoas entram na faixa da Terceira Idade aos 65 anos nos países de primeiro mundo e aos 60 anos em países sub-desenvolvidos ou em desenvolvimento. E que a velhice pode ser vista tanto do ponto de vista orgânico com suas alterações anatômicas, fisiológicas, psíquicas, como do ponto de vista moral e social. A Organização Mundial da Saúde (OMS) (apud Soares, 2001), caracteriza a velhice como “o prolongamento e término de um processo representado por um conjunto de modificações fisiomórficas e psicológicas ininterruptas à ação do tempo sobre as pessoas” (Soares, 2001).

A este respeito, Schroots e Birren (1990), realizaram pesquisa, onde procuraram definir diferentes conceitos de tempo e suas relações com o envelhecimento, como tempo físico, biológico, psicológico e social.

- a) Tempo físico: é chamado tempo objetivo, medido em calendários, relógios, datas de nascimento e outros. É mensurável e quantificável, podendo ser relacionado à idade do organismo. Este tempo não corresponde ao tempo biológico humano, faz sentido apenas na perspectiva pura do relógio e do calendário. No Projeto pesquisado, a idade cronológica dos alunos variou entre 15 e 70 anos de idade, dado que marca, a priori, uma das heterogeneidades do público atendido.
- b) Tempo biológico: é aquele a que se referem os relógios biológicos, metabólicos de sincronização individual. A idade biológica reflete as variações entre indivíduos com a mesma idade cronológica, e se define como a posição do indivíduo em relação à sua expectativa de vida. Nos alunos pesquisados, o tempo biológico se apresentou, a exemplo do tempo físico, também muito diferenciado.
- c) Tempo psicológico: definido como a experiência subjetiva do tempo, o modo como esse é percebido e vivenciado pelo indivíduo em sua vida material e simbólica. É de se supor, portanto, que haja uma enorme diferenciação na experiência de tempo psicológico individual, tanto da etapa de vida dos jovens, quanto na dos adultos que freqüentaram o Ciclo de Alfabetização.
- d) Tempo social: refere-se à posição e hábitos sociais adquiridos e sentidos pelo indivíduo como pertencentes ao papel social e cultural, esperado para a idade cronológica.

Morhi (1999, p.26), Considera que envelhecer é:

“o processo de acumular experiências e enriquecer a vida por meios de conhecimento e habilidades físicas. Essa sabedoria adquirida proporciona o potencial para tomar decisões razoáveis e

benéficas a respeito de nós mesmos. O grau de independência que dispomos na vida está diretamente relacionado à atividade maior ou menor em nosso corpo, mente e espírito"... "o envelhecimento pode ser definido como uma série de processos que ocorrem nos organismos vivos, e com o passar do tempo, leva a perda da adaptabilidade, a alteração funcional e, eventualmente a extinção".

Sociologicamente, as pessoas transitam em três tempos: o primeiro é o tempo de formação, onde o indivíduo adquire habilidades para produzir na sociedade. O segundo é o tempo de produção, época em que ele está no auge do seu potencial, vivendo na sociedade atual o seu momento mais reforçador. O terceiro é o tempo de não produção, onde ocorre o decréscimo de seu vigor físico e de atividades que são decorrentes deste vigor. Psicologicamente, no primeiro tempo, ele expande seus espaços, aprende a tornar-se independente, e quando com desenvolvimento saudável, estabelece um bom nível de auto-estima. No segundo tempo ele solidifica esses espaços, conquista outros e chega ao máximo de seu potencial. Vive assim, o seu momento mais reforçador. No terceiro momento, a situação começa a reverter-se a nível biológico, social e psicológico, pois o seu corpo físico entra em declínio e ele já não possui mais os meios de que dispunha (vigor físico, velocidade de raciocínio). Socialmente, seu espaço profissional se extingue, e, na maior parte das vezes, sua morte social é decretada com o advento da aposentadoria. Seus papéis sócio-familiares também vão desaparecendo à medida que os filhos crescem e vão embora de casa, seu papel de pai (ou mãe) vai deixando de existir, culminando com a *Síndrome do Ninho Vazio* (Magalhães, 1987).

Seu papel de trabalhador, visto no contexto sócio-econômico-cultural, se foi com a aposentadoria. Seu papel de filho deixa de existir quando seus pais falecem. Psicologicamente, ocorre Uma "diminuição do eu", necessitando uma reformulação de valores para reestruturar sua auto-imagem, auto estima, seu reconhecimento enquanto Ser, pois o desaparecimento dos meios com os quais estava acostumado a contar, o surgimento de barreiras que ele percebe

como insuperáveis e a mudança das expectativas pessoais e sociais, geram sentimento de confusão existencial que acaba por criar o ciclo vicioso solidão/angústia que finaliza em isolamento, trazendo consigo desajustes.

Ainda o mesmo autor refere-se ao envelhecimento como um fenômeno contínuo na vida das pessoas, mas que pode ter manifestações em parte descontínuas. As dificuldades daí decorrentes podem se manifestar em diferentes idades, segundo as condicionantes das situações da vida e de trabalho. Pode-se ser "mais ou menos velho" em relação a uma determinada situação de trabalho, mas é possível evitar certas dificuldades, devidas ao envelhecimento, agindo-se sobre os meios de trabalho (Magalhães, 1987).

De acordo com as questões relativas ao envelhecimento não podem ser abordadas unicamente em termos de uma determinada população, os trabalhadores idosos. É necessária uma reflexão sobre o aspecto dinâmico e antecipar as relações entre a evolução individual da idade de cada trabalhador com o futuro da empresa. Esta antecipação deve se traduzir por influência sobre a concepção dos meios de trabalho e a política de recrutamento da empresa, pensando em como recuperar a destruição sistemática que os homens sofrem desde o momento em que iniciam sua vida profissional.

Uma das muitas características dos seres vivos é poder *estar fazendo-se*, assim sendo, faz-se necessário um trabalho conscientizador onde se busque revalorizar o Ser em relação ao Ter, onde se busque emancipar o Saber em relação ao Poder, utilizando-se uma perspectiva unificadora, integrando as dimensões sensoriais, afetivas, intelectuais e sociais, possibilitando ao trabalhador, auto-regular-se, participar do seu trabalho, entender o que é o produto de sua atividade, vencendo assim, a alienação, a insatisfação e ansiedade que acarretam a depressão, que por sua vez, aumenta o sentimento de indignidade e desqualificação.

Precisa-se retomar o pensamento/ação. Precisa-se passar da impotência para a potência. Porém, isso só é conseguido se o indivíduo estiver utilizando todo o seu potencial, e não apenas algumas partes, deixando outras

atrofiadas, como acontece no sistema taylorista. Sistema esse, que tem como produto a (re)partição do ser. O ser humano nasce equipado para enfrentar a vida, no entanto, é preciso que ele se conscientize de suas forças.

Embora o envelhecimento dificulte a aprendizagem de novas técnicas, de novos procedimentos e de novos métodos de trabalho, há possibilidade de formação em qualquer idade, sob certas condições. Importância da experiência e das aprendizagens anteriores (escolar, profissional e não-profissional). Papel da duração da formação e das relações teoria/prática. É grande a importância da formação continuada (reciclagem) como meio de estruturar as aquisições da experiência, favorável a uma forte capacidade de aprendizagem, em qualquer idade, compensando assim a influência inevitável do envelhecimento das pessoas na execução e gestão de tarefas.

2.4 A Gerontologia

A partir da preocupação o envelhecimento inspirou muitos estudos, e estes vieram a se constituir em uma nova ciência chamada Gerontologia. A Gerontologia é a ciência que estuda o envelhecimento. Numa visão mais holística, é o estudo das mudanças que se processam no idoso. Inclui a participação de todas as ciências que estudam fenômenos relacionados ao processo de envelhecimento, que se somam para formar o que fazer gerontológico. Bustamante (1996), destaca que a característica diferencial da gerontologia ante as outras ciências é o fato de valorar o ancião de forma interdisciplinar, dando-lhe assim uma atenção integral. Ainda na mesma fonte encontramos que a valoração interdisciplinar destas distintas perspectivas, tratadas por vários profissionais que formam uma equipe, indica o lugar, o tipo de atenção, a maneira de realizá-la e os objetivos.

Atuando com critérios interdisciplinares, com objetivos comuns, com uma maior colaboração e compenetração que na mera multidisciplinariedade. Entre as várias ciências que compõem a Gerontologia, nesta dissertação, se

faz necessário destacar a Geriatria, a Gerontologia Social, a Psicologia e a Ergonomia.

Em Bustamante (1996), encontra-se que geriatria é o campo de estudos que se concentra nos aspectos patológicos e patogênicos do envelhecimento e sua prevenção. A pessoa idosa não é, orgânica e funcionalmente, o mesmo indivíduo que era na mocidade ou nos primeiros anos ou tempos de idade adulta. O envelhecimento afeta as estruturas e funções orgânicas, tais como: imunidade, capacidade fisiológica, poder de separação tissular, memória, energia de raciocínio, necessidades nutricionais, capacidade de tolerar e resistir a agressões de várias ordens. Essas alterações ocorrem gradual e insidiosamente, muitas vezes sem que o próprio indivíduo o perceba. A geriatria visa não só prolongar a vida mas proporcionar ao idoso uma existência útil e saudável.

A gerontologia social se propõe a rever aspectos sociais, pois que se refere também a situações familiares, satisfação vivencial, problemas de aposentadoria, habitação, institucionalização.

A Psicologia estuda a psique do indivíduo e suas formas de expressão no meio em que está inserido.

A Ergonomia, se preocupa com a adequação do trabalho à pessoa, considerando os aspectos cognitivos, a diversidade antropométrica e fisiológica do trabalhador, assim como a variabilidade do rendimento ao longo do tempo. Também considera a necessidade de condições adequadas do lugar onde se trabalha. É o idoso em sua relação com o trabalho.

De acordo com essas disciplinas científicas, a formação de rugas e a calvície não constituem alterações essenciais do progresso senil. Mais importantes são as alterações que provocam a diminuição na intensidade e na rapidez das reações do organismo aos estímulos externos, a redução na velocidade de separação de tecidos após os ferimentos, maior possibilidade de carência nutritiva e a involução muito gradual da capacidade funcional de todo

o organismo. A pessoa idosa, em virtude de reagir menos violentamente às infecções e a outras agressões, apresenta sintomas e sinais mais discretos de doença. Muitas vezes as doenças já se encontram em seus organismos em fase avançada quando solicitam assistência médica, não raro com dificuldades de vencê-las. Alimentando-se pouco ou em excesso, sofrendo desidratações ou excessivas hidratações, tende a apresentar conseqüências muito mais sérias às variações climáticas do que a pessoa jovem. Muitos fatores promovem uma grande insegurança no velho, sendo necessário uma adaptação à sua nova imagem.

A velhice é um estado de espírito decorrente da maneira como a sociedade e o próprio indivíduo concebem esta etapa de vida. Para ele, a velhice passa a ser vivenciada negativamente pela intolerância dos mais jovens com relação à lentidão dos idosos, à perda da memória, aos problemas de saúde, tornando difícil para a pessoa idosa a sua adaptação à sociedade. Muitos entendem velhice como sinônimo de doença, porém esta, nada tem a ver com o envelhecimento (Kastenbaum, 1979).

O mesmo autor, explica a velhice como um estado de consciência que é operado dentro dos limites individuais. O idoso teve e tem participação no complexo sistema que compõe a sociedade onde vive, assim sendo, é seu direito exigir para si seu lugar na mesma. O envelhecer é um processo de modificação não só biofisiológico mas também psicossocial. O envelhecer não é um momento, mas um processo muito complexo que tem implicações com a pessoa que o vivencia e para a sociedade que assiste (op. cit. Kastenbaum).

Salienta Kastenbaum que as pessoas que estão em fase de transição que ainda não são idosas, no momento da aposentadoria, passam por um grande e difícil impasse quando tem que abdicar de suas atividades, provocando grande sensação de vazio, desvalorização, e de se submeter à pressão social, em contrapartida, este indivíduo pode lutar pelo seu direito pessoal de permanecer ativo, mostrando que o homem tem a possibilidade de aprender e ensinar durante toda a sua existência. Todo homem pode contribuir

para a construção do conhecimento, desde que lhe sejam dadas às oportunidades. Existem, no mundo inteiro, pessoas organizando-se em grupos, buscando uma nova consciência gerontológica. Esta nova consciência busca quebrar mitos e tabus, destruir estereótipos, e novas formas de viver, redefinindo modelos econômicos, atacando preconceitos, mostrando que o velho pode ser tão transformador e criativo quanto qualquer outro. A conceituação do idoso envolve múltiplas dimensões, sendo a biológica, a cronológica, a social, a demográfica, a cultural, a psicológica, a ideológica e a política, entre outras (Kastenbaum, 1979).

Para Magalhães (1987), o processo de envelhecimento é cercado de determinantes sociais e peculiaridades que são relativas a cada sociedade e a cada momento da mesma. A velhice e o envelhecimento são construções sociais, invenções. Nessas invenções encontram-se vários obstáculos que os idosos enfrentam à sua integração social. Para melhor ilustrar, ressaltam-se os seguintes: solidão, abandono, rejeição, marginalização resultante do estereótipo de inutilidade, angústia existencial oriunda do medo, desespero, sensação de fracasso, empobrecimento gradativo, conflito de gerações, incapacidade ou falta de energia para mudar, massificação, a idéia de que o idoso que trabalha está tirando o emprego de alguém mais jovem, ausência de uma política efetiva para os idosos. As alternativas clássicas assumidas pelos movimentos sociais para proteger os idosos são a ação política e mobilização na defesa de seus direitos e interesses, da cidadania que lhes é negada. A perspectiva de criação de partidos ou de segmentos de partidos políticos de aposentados, pensionistas e idosos. Ação educativa contra a alienação resultante da falta de visão crítica que bloqueia o perceber da realidade e a capacidade de potencial que dispõe e que poderá ser empregado no autocrescimento pessoal e coletivo. Ação econômica que o transforme em produtor de bens, através de empresas, cooperativas e outras formas e meios de produção que a aposentadoria seja direito adequado e não símbolo de inatividade mal remunerada, que seja facultativa e não obrigatória, que seja real e não um benefício concedido. Ação social nas associações coletivas de

vivência para os idosos saudáveis, e/ou, nas comunidades terapêuticas auxiliares, para os que são ou estão inválidos ou com enfermidades passageiras e/ou permanentes, que estimulem a convivência e a socialização. Ação cultural que permita aos idosos expressar sua experiência de vida sob as formas que a criatividade dos mesmos determinar.

2.5 Seguridade Social e Terceira Idade

Berquó (1996, p. 36) expõe suas considerações demográficas:

“A virada do século deverá encontrar o Brasil com 8,7 milhões de pessoas com 65 anos e mais, sobreviventes de coortes nascidas até 1935. Isto quer dizer, que 1 em de cada 20 residentes no país será idoso. Vinte anos mais tarde esta relação será de 1 para 13. A população idosa terá 82% de seu contingente vivendo em cidades. A mortalidade diferencial no campo e nas cidades, e as migrações que ocorreram no país nas últimas décadas, configuram uma concentração de idosos nas áreas urbanas, principalmente de mulheres, decorrente da sobremortalidade masculina. Este fato requer atenção para que as cidades se aparelhem para poder oferecer recursos de variadas ordens demandados pelos idosos. O superavit de mulheres idosas continuará prevalecendo e será tanto maior quanto mais avançada a idade, requerendo atenção específica.”

O cenário que aguarda os que entrarão em idades avançadas no século XXI deverá contar com políticas sociais que dêem ao idoso, condições para desfrutar de uma vida com dignidade.

Tabela 1: População total de 65 anos e mais por sexo / Brasil 1991 e projeções 2000-2020.

População 65 anos e mais				População de pessoas de 65 e		
Ano	Homens	Mulheres	Total	Homens	Mulheres	Total
1940	445.289	534.550	979.839	2,16	2,60	2,38
1950	624.036	723.999	1.348.035	2,42	2,78	2,60

1960	926.474	988.531	1.915.005	2,65	2,83	2,74
1970	1.385.869	1.543.607	2.929.476	3,03	3,32	3,18
1980	2.225.606	2.544.826	4.770.432	3,77	4,25	4,01
1990	3.215.824	3.870.023	7.085.847	4,44	5,21	4,83
2000	3.634.800	5.023.200	8.658.000	4,36	5,86	5,12
2010	4.612.700	6.579.300	11.192.000	4,87	6,76	5,83
2020	6.672.800	9.551.200	16.224.000	6,37	8,86	7,64

Fonte: MACHADO, C.C. e Fundação IBGE, Censos Demográficos de 1940 a 1991,1993.

Tabela 2: População por sexo, e total de 65 anos e mais / Brasil. Censo 2000

Grupo de Idade	Homens	Mulheres	Total
65 a 69 anos	1.639.325	1.941.781	3.581.106
70 a 74 anos	1.229.329	1.512.973	2.742.302
75 a 79 anos	780.571	999.016	1.779.587
80 a 84 anos	428.501	607.533	1.036.034
85 a 89 anos	208.088	326.783	534.871
90 a 94 anos	65.117	115.309	180.426
95 a 99 anos	19.221	36.977	56.198
100 anos ou mais	10.423	14.153	24.576
Total	4.380.575	5.554.525	9.935.100

Fonte: IBGE, Censo Demográfico 2000.

Comparando as duas tabelas anteriores, tendo a primeira uma projeção do crescimento da população idosa no Brasil, feita por Machado com base nas estatísticas do IBGE, e a segunda, com os dados oficiais do censo 2000 feito pelo IBGE, vê-se, apesar do erro em números absolutos, que realmente houve um aumento significativo da população com mais de 65 anos no Brasil, então é de se supor que as projeções para 2010 e 2020 também irão se confirmar, o que reforça a idéia principal de que esta população terá, necessariamente, que receber atenção especial por parte dos órgãos governamentais, bem como de toda a sociedade organizada de nosso país.

Em seu artigo Azevedo (2001) confirma que há uma clara tendência indicando o aumento progressivo da população de idosos nas próximas décadas, considerando-se aqui idoso aquele que tem 65 anos ou mais. Acrescenta que:

”Estima-se que até o ano de 2025 ocorrerá um aumento de 30% na população de idosos do primeiro mundo o que representará cerca de 25% da população de adultos. Tais números indicam claramente que haverá um aumento na população de idosos com diminuição da população ativa com relação à população inativa ou de aposentados. Há 50 anos a expectativa de vida de um brasileiro era de 43 anos. Hoje esta expectativa está em torno de 68 anos, sendo que para o século 21 deverá chegar a 73 anos. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (I.B.G.E.) nosso país deverá ter a sexta população mais idosa do planeta no ano 2025 com 34 milhões de pessoas com mais de 60 anos, o que representará 14% de nossa população. O grande desenvolvimento da Medicina neste século, tanto no que diz respeito ao processo curativo quanto à prevenção de doenças está na base desses números. Evidentemente a prosperidade econômica, e o aprimoramento na alimentação são também fundamentais ao aumento da expectativa de vida. Outro fator que contribuiu para o envelhecimento da população brasileira é a queda na taxa de fecundidade observada nos últimos 30 anos: na década de 60 o número de filhos por mulher era de 5 e atualmente caiu para 2. Desta maneira a previsão de crescimento demográfico em nossa população não se confirmou estando prevista uma diminuição da população de jovens para os próximos anos”.

Tabela 3: População e estimativa de idosos de 1996 a 2025, do Brasil em relação a outros países:

País	1996	Milhões	2025	Milhões	Aumento
China	1º.	115,2	1º.	290,6	152,3 %
Índia	2º.	61,9	2º.	165,1	166,7 %

Usa	3º.	43,9	3º.	82,5	87,9 %
Japão	4º.	26,3	4º.	39,6	50,6 %
Indonésia	6º.	13	5º.	37,8	190,8 %
Rússia	5º.	24,7	6º.	34,2	38,5 %
Brasil	11º.	11,6	7º.	30,7	164,7 %

Fonte: [PEIBP]

Conforme a tabela 3, o Brasil será o sétimo país em número absoluto, podendo chegar no ano 2025, com 32 milhões de idosos. Dos 11 países que terão as maiores populações de idosos em número absoluto, todos acima de 16 milhões, serão na sua maioria do Terceiro Mundo.

Em 1940, o Brasil tinha 4% da sua população de idosos, estima-se que no ano de 2020 passará a ter 14,7, ou seja em 80 anos a população triplicará [PEIBP].

O paradigma social deverá ser adequado a esta nova realidade se quisermos prevenir o futuro em vez de vivenciar a inevitável crise demográfica e social que se aproxima. Programas de aposentadoria e de assistência médica, dentre outros, entrarão em colapso numa sociedade em que cada vez menos pessoas produzirão para um número sempre maior de pessoas economicamente não produtivas.

O ser humano é uma unidade, um todo sendo corpo, psique e mente, que se influenciam reciprocamente e não são hierarquizáveis. Que influencia o seu meio ambiente e é por ele influenciado. A consciência desta dependência lhe possibilitará fazer opções sem ter que renunciar a sua independência pessoal, sem ter que trabalhar ou deixar de fazê-lo por imposição.

A aposentadoria, seguro de previdência, que o trabalhador pagou durante sua vida profissional, para usufruir na velhice, tem sido motivo de dois grandes questionamentos. O primeiro diz respeito às condições materiais de vida que o empregado enfrenta após começar a receber o benefício. O segundo, a idade e às condições existenciais que sobrevêm com esta etapa da

vida do trabalhador. Ao tratar-se das condições materiais, convém lembrar que, historicamente, existiam vários Institutos de Previdência que foram unificados, ficando sua administração a cargo da União. Seria adequado questionar se essa administração foi boa ou má, uma vez que o seguro de previdência é oriundo da contribuição de três fontes: empregado, empregador e União, esta representando a sociedade como um todo. Cada uma das partes contribui com um terço do valor. Atualmente pesquisas têm sido divulgadas em noticiários alertando que, cada vez mais, aumenta o número de pensionistas aposentados que são mantidos pelos trabalhadores da ativa. Mas, se estes aposentados contribuíram durante toda sua vida profissional, eles têm direito ao benefício. Resta saber se os empregadores e a União também contribuíram, ou cobraram, como lhes cabia. E é justamente aqui que se faz pertinente o questionamento sobre a eficiência da administração quanto à aplicação dos bens recolhidos, não cabendo aos atuais aposentados a responsabilidade da atual situação econômica da Previdência.

Outra preocupação que surge, em relação à proporção trabalhador ativo/pensionista, é quanto ao futuro das pessoas que hoje trabalham na economia informal, sem carteira assinada, não contribuindo, portanto, para a Previdência, ficando dessa maneira sem perspectiva de seguridade. O aumento dessa economia, acarretará uma situação mais agravante ainda no futuro.

De acordo com Berquó (1996, p. 39):

“o crescimento da população idosa, afeta diretamente a razão de dependência, ainda quando se leva em conta que quase um quinto do contingente de idosos participe da atividade econômica do país”, “em 1991, o número de pessoas na idade de aposentadoria beneficiando-se hipoteticamente da contribuição de 100 pessoas na idade de trabalhar. Esta mesma razão projetada começa a ascender e, no ano 2020, terá experimentado um crescimento da ordem de 140 por cento, ou seja,

cada 100 pessoas em idade de trabalhar teriam, teoricamente, de se responsabilizar por 11 nas idades mais avançadas”.

Ainda a mesma autora (p. 42) dando outro enfoque ao assunto diz:

“... por outro lado, olhando a razão de dependência dos jovens de menos de 15 anos, observa-se sua tendência decrescente passando de 78,2%, em 1960, para 58,1%, em 1991. Este declínio, fruto da queda da fecundidade, permite projetar para 2020 que para cada 100 pessoas em idade de trabalhar haverá 34 menores de 15 anos para sustentar. Até o primeiro quartel do próximo século, o país terá uma razão de dependência declinante por força do descenso da fecundidade, o que lhe dá condições mais favoráveis no sentido das políticas públicas. Isto requer, entretanto, um esforço sistemático para levar em consideração as demandas crescentes das coortes em processo de envelhecimento”

Se há a possibilidade de se fazer previsões demográficas, pode-se também prever mudanças comportamentais e éticas, onde os valores podem ser modificados e a forma de trabalho transformada.

O segundo questionamento, sobre a idade e as condições existenciais, encontra-se referido em Souza (op cit) onde para muitos, a perda do trabalho é uma experiência dramática. Os sentimentos de ambivalência, misto de sentimento de perda de status e desvalorização, com sentimentos de alegria pela conquista de um objetivo idealizado, são decorrentes da perspectiva de descanso do trabalho com a perspectiva de inutilidade ou ócio de um período de desocupação. Há uma cultura do trabalho que estabelece que as atividades ou o tempo fora do trabalho não são prioritários. O lazer está em posição desvalorizada em relação ao trabalho. A identidade de um indivíduo desenvolve-se à medida que vivencia, que experimenta a realidade que o cerca. A partir de então, cria seu próprio sistema de significados, desenvolve um conjunto de atitudes e papéis sociais que o definem.

A aposentadoria oferece dupla situação, depende de como a pessoa vive o seu trajeto humano e profissional. Depende da visão do mundo, das experiências positivas ou negativas que tenha vivenciado e vontade para superar os obstáculos, que não apenas a aposentadoria, mas a própria vida, se encarrega de apresentar (Souza, et al, 1995).

Vargas (op. cit). aponta uma forma sob a qual se apresenta o homem aposentado contemporâneo: o da contradição entre o avanço da ciência médica que lhe propicia maior longevidade e o desequilíbrio sócio-econômico que muitas vezes a aposentadoria lhe acarreta sendo este, um problema atualmente muito grave no Brasil, com inúmeras variáveis, entre elas, o fato de muitas vezes o idoso não poder subsistir com o que ganha, necessitando residir com os filhos ou numa instituição asilar. Outras vezes, quando sua situação apresenta-se estável, poderá ter que receber em sua moradia, filhos desempregados, com seus cônjuges e netos (Vargas, 1983).

A ênfase com referência ao processo de envelhecimento como conjunto de interfaces a que nenhum ser humano pode se eximir, porquanto vivo, encaminha o homem através de um crescente conflito às dúvidas e indagações e mesmo temor em relação ao futuro. A aposentadoria como reflexo da velhice institucionalizada pelos meios político-administrativos esconde de nossa vista ou de nossa perspectiva não apenas um mundo significativo de novas experiências ou de experiências continuadas, mas, sobretudo de correlações entre as limitações que se impõem ao homem que envelhece e dos recursos efetivos que existem, na atualidade, para a anteposição de atitudes conformistas (Vargas, 1983).

Na reportagem Europa revê o mercado de trabalho para idosos da Gazeta Mercantil, sobre o Fórum de empregadores reúne grandes companhias para conter a discriminação de profissionais que chegaram à terceira idade, encontramos o seguinte:

“Teriam os trabalhadores rendido o máximo aos 50 anos - e, portanto, seriam dispensáveis? Ou as empresas que têm por alvo

dispensar deliberadamente os funcionários mais velhos se arriscam a perder os empregados mais leais e experientes? (debate ocorrido no Reino Unido envolvendo 18 organizações). A discriminação contra trabalhadores mais velhos começa já na idade dos 40 anos em muitos países europeus e aqueles que foram forçados a sair do emprego acharam quase impossível entrar novamente no mercado antes de sua idade normal de aposentadoria.

De acordo com o departamento do trabalho alemão, em Nuremberb é muito difícil encontrar emprego para pessoas com mais de 55 anos. Já começa a ficar complicado aos 45 anos . Quanto mais difícil o mercado de emprego fica, mais problemático será reintegrar pessoas mais velhas no emprego', garante o departamento.

Na Alemanha há cerca de um quarto do total de pessoas sem emprego. O governo introduziu várias medidas destinadas a tornar mais fácil para os desempregados de mais de 50 anos a sua volta ao mercado de trabalho. Entre elas, a complementação de salários disponível a empregadores que aceitam pessoas há muito desempregadas, a maioria das quais são gente mais velha” (Gazeta, 1996).

Da Silva (1996, p. 3 a 15) publica reportagem intitulada *Medicina leva o homem além dos 100 anos*, onde se coloca a questão do adiamento da aposentadoria da seguinte maneira:

“se as pessoas estão vivendo mais tempo e com melhor saúde, então elas devem se aposentar mais tarde. Será bom para a sociedade e para elas” ... “nos EUA, em 1948, metade das pessoas com 65 anos trabalhavam. Em 1995, só 16%. O que vai acontecer, portanto, não constituirá nenhuma novidade social”

Aqui surgem dois questionamentos: O primeiro deles, é quanto a dúvida se as empresas aceitariam empregados usufruindo vantagens. Supomos que

elas não aceitariam, pois, infelizmente o paradigma de nossas empresas está mais comprometido com a produção e menos com o bem-estar do trabalhador. Teria que haver uma mudança que poderia ser propiciada pela ergonomia, com legislação que obrigasse as empresas a admitir ou manter um determinado número de trabalhadores de terceira idade, minimizando assim, questões de competitividade.

O segundo questionamento, é quanto a liberdade, experimentada pelo desligamento da força de trabalho, de denunciar a exploração do meio econômico sobre o bem-estar humano. Ao retornar para uma empresa terá novamente restringida a expressão do sentimento de não ser priorizado quando confrontado com a produtividade. Parece-se que este será o ônus que ele terá que pagar para voltar ao trabalho ativo. Os idosos, com sua experiência profissional, têm condições de contribuir e participar na tomada de decisões, uma vez que, o velho tem experiência em mudança, ele é um sobrevivente.

2.6 Psicologia do Trabalho e Desigualdade Social na Terceira Idade

Hegel (1990), diz que a psicologia do trabalho surgiu devido a explosão industrial e tem por objetivo, procurar satisfazer as solicitações de empregados e empregadores.

Em 1879, em Leipzig, surgiram os primeiros estudos psicológicos sobre o trabalho, no Laboratório de Psicologia Experimental, criado por Wundt. Os estudos versavam, entre outros, sobre fadiga, movimento e psicologia do trabalho.

Em 1913 é publicado o primeiro trabalho de Hugo Münsterberg, transferindo os estudos psicológicos sobre o trabalho, do laboratório para a indústria. Em 1925 Myers, efetiva a Psicologia Industrial em sua obra.

Ao longo da história, percebem-se modificações da relação que cada cultura estabeleceu com o trabalho; segundo o mesmo autor, a incessante sucessão de indivíduos e povos existindo por algum tempo e desaparecendo em seguida nos apresenta um pensamento universal, o da mutação, em geral mostrada pela história que, muitas civilizações já ruíram e desapareceram, como Cartago, Palmira, Persépolis, entre outras, e com elas, a sua forma de relacionar-se com o trabalho. Porém, devido ao processo de alienação produzido pela organização do trabalho, não são poucas as queixas de insatisfação, de ansiedade, de cansaço e frustração. Ao mesmo tempo em que realiza o indivíduo o trabalho pode ser identificado como enfado, algo penoso, algo que o absorve por completo, que suga suas energias, promovendo tanto o cansaço físico quanto psicológico.

Encontramos ainda na mesma fonte, que geralmente se pensa em ruína como sendo negativa, mas, ela traz consigo também algo positivo. E que ao mesmo tempo o surgimento de uma vida nova, de que da vida surge a morte e da morte, surge a vida. Este é um grande pensamento que os orientais compreenderam plenamente e que é o mais elevado pensamento da sua metafísica.

A constante preocupação com o crescimento industrial permitiu que as organizações se expandissem e se aprimorassem. Porém, ao priorizar seus investimentos na produção, o indivíduo que produz acaba relegado a segundo plano. O homem deixa de ser o centro de seus interesses.

Podendo-se pensar, que tal sistema de organização não pode trazer como resultado a satisfação e bem-estar das pessoas; muito pelo contrário, o sofrimento do trabalho é que torna-se a norma geral, trazendo como consequência, o esgotamento físico e mental, que a maioria dos trabalhadores assalariados sofrem, por terem trabalhado em jornadas longas e contínuas, recebendo uma remuneração aviltante. Esse esgotamento acumulado durante o período de anos de trabalho, em grande parte das vezes é responsável por acidentes de trabalho; acrescentando assim ao período de envelhecimento o

fardo de uma possível invalidez. Os prejuízos do trabalho impactam o corpo e neutralizam sua atividade mental.

Produção/recursos investidos, é um modelo matemático muito simples para se consagrar como um parâmetro de medição efetiva, da performance de uma empresa. As doenças causadas pelo descuido com a alimentação, durante todo o período de sua vida, e, por exposição a péssimas condições poluentes e ou climáticas, no trabalho. A queda na remuneração quando de sua aposentadoria, um dos problemas mais ansiógenos que o afetam, pois, seus problemas financeiros duplicam com essa defasagem em relação aos que estão ativos.

A alienação do produto de seu trabalho, é causadora de sofrimento, estranheza, frustração, tédio e revolta, pois o trabalhador apenas vendeu sua força de trabalho, e não se apropriou de seu processo produtivo. Bem como o isolamento social pós-aposentadoria, causado por uma visão negativa da velhice, com a diminuição dos papéis considerados importantes socialmente, e a modificação da estrutura familiar, inadaptação aos novos valores da sociedade, bem como a diminuição das chances de realização, devido a passagem do tempo.

A ausência de consciência de seus direitos como cidadão e de suas possibilidades históricas dificulta a mobilização pela conquista de seus direitos. Com isso o aparecimento do estresse por ocasião de seu desligamento do trabalho por aposentadoria, apresenta-se como um dos mais importantes a ser refletido. O indivíduo perde uma posição a que estava acostumado, sem que a sociedade lhe ofereça novas opções para que se mantenha íntegro, mental e fisicamente.

Guillevic (1991), demonstra a possibilidade de analisar o trabalho, numa perspectiva sistêmica, onde o trabalho compreende uma atividade sistematizada e organizada com o objetivo de criar ou produzir um bem ou serviço útil para o grupo. A situação de trabalho é uma conduta, um sistema complexo e dinâmico, um conjunto de atos coordenados visando um fim, e não,

um ato isolado. A coordenação de ações gera um conjunto de atividades mentais enfocados pela psicologia do trabalho.

Vários autores analisam o trabalho sob a conceituação de um sistema, envolvendo as exigências do trabalho, as condutas do trabalho e os efeitos ou conseqüências humanas e técnicas.

Os componentes do sistema, se distinguem na análise as condições internas e externas. As internas correspondem às características fisiológicas e psicológicas dos operadores, as externas, as relativas ao meio devendo ser subdivididas em características técnicas, a execução das tarefas em si, e características da Organização, relativas à gestão da empresa pelo corpo gerencial.

Já quanto a ótica do rendimento do sistema de trabalho distinguem-se três conseqüências da atividade: os efeitos sobre o homem como, cansaço, doenças, acidentes, insatisfação, desmotivação; os efeitos sobre a produção, com por exemplo, panes, defeitos, paradas com reinicialização; os efeitos sociais, tais como, conflitos, instabilidade do pessoal, clima e cultura da empresa.

Guillevic (op. cit.) analisa as interações existentes entre os vários postos de um sistema de trabalho, bem como, os pontos da malha do sistema que permitem a regulação, o equilíbrio, o controle e a retroação.

Quanto as condutas de trabalho, o autor comenta sobre a estrutura global das condutas as quais são compostas de situações observáveis, atividade mental e respostas observáveis, e que existem diferentes tipos de tarefas sendo a prescrita, a induzida ou redefinida e a atualizada ou modificada. E que podemos obter diferentes tipos de respostas como as finalizadas que atingem os objetivos, as não finalizadas ou colaterais, manifestadas por diferentes tipos de comportamentos, gestos autoconcentrados (coçar, roer unhas), manipulação de objetos (batucar, fumar) (Guillevic, 1991).

Também é analisado o sistema homem-máquina, onde se fazem presentes os efeitos do operador-máquina, assim como, as influências psico-sociais e suas conseqüências entre os operadores em postos de trabalho.

Sobre o envelhecimento, Souza (1995), faz menção, sobre o surgimento das culturas tecnológicas, o envelhecer passou a ser considerado apenas por seus aspectos de decadência. O ser humano valendo por aquilo que é capaz de produzir e, portanto, a perda da capacidade de produção determina, nessas culturas, uma desqualificação, um estigma, onde o termo 'estigma', segundo Goffman (1980, p. 11), foi:

“criado pelos gregos, que, em rituais, marcavam corporalmente pessoas que deveriam ser socialmente evitadas: uma espécie de proteção social de algum mal proveniente dos marcados. Ao mesmo tempo, nos adverte de que culturas diferentes ou grupos diferentes estabelecem também esquemas de valores diversos que ditam o seu padrão de normalidade, tornando indesejável ou estigmatizado todo aquele que fugir ao padrão preestabelecido”

O estigma social contemporâneo nos impõe o conceito de que o jovem é o padrão normal, este é valorizado e desejado pela sociedade. O idoso é o não normal e deve ser excluído das funções básicas da sociedade. Desta forma fica claro que a conotação de valor ou desvalor é dada pelos valores dos grupos de inserção social do indivíduo, cabendo ao grupo conferir algum atributo ao indivíduo a ele pertencente (Souza,1995).

Ao estigmatizar o idoso, a sociedade o empurra para a faixa social decadente, aquela onde encontram-se os cidadão marginalizados por essa sociedade. O Brasil é considerado um país de grande desigualdade social, em *A Vitória da Média* publicada na revista Veja, 26 de junho de 1996, referindo-se a dados compilados do censo feito pelo IBGE, em 1991, onde a ONU (Organização das Nações Unidas) em parceria com o Ipea (Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada), utilizou-se dos dados do censo para elaborar um estudo inédito no Brasil. Baseado numa metodologia usada pela ONU no

mundo inteiro para medir o padrão de vida das nações, onde cada estado brasileiro foi tratado como se fosse um país, levando em consideração indicadores como expectativa de vida, escolaridade e renda percapita. Os resultados demonstraram que o Brasil é um país que contém em si, vários níveis de desenvolvimento, de modo a entender-se que o Brasil é um país dividido em vários países menores, se classificado em grau de desenvolvimento humano. Neste estudo os estados foram classificados em três grupos, sendo o primeiro considerado de alto desenvolvimento humano, o segundo de médio e o terceiro de baixo desenvolvimento humano. A discrepância fica evidente quando se compara o estado considerado de maior grau de desenvolvimento, o Rio Grande do Sul, obtendo classificação de 41º lugar entre os países do mundo, nível igual ao de países do primeiro mundo como a Bélgica e no outro extremo, o estado da Paraíba, que obteve o 132º lugar, comparável a países extremamente miseráveis como Lesoto e Suazilândia, países do continente africano (Veja, 1996).

No mesmo artigo, assinado por João Fábio Caminoto, o estudo tenta explicar os motivos para o fenômeno alegando a possibilidade de a herança imigrante, para o caso dos gaúchos, explicada pelo estilo de vida imposta por estes na maneira de criar e desenvolver suas cidades, onde qualquer vilarejo apresenta as condições mínimas de desenvolvimento como escola, comércio forte e produção agrícola bastante ativa.

Ainda sobre o mesmo artigo de Veja (1996, p. 115) tem-se documento divulgado pela ONU em 1980 conceituando o desenvolvimento da seguinte forma: “É mais do que passagem da condição de pobre para a de rico. Não é apenas a idéia de melhor condição econômica, mas também a de maior dignidade humana, mais segurança, justiça e equidade”.

E sobre os resultados obtidos com o estudo tem-se:

“Descobre-se que o Brasil está longe de aplicar esse conceito na prática. Entre os grandes defeitos do país está a má distribuição da renda, da saúde, da educação, da terra e de tantos outros benefícios. Os

20% mais ricos detêm 65% da renda, enquanto os 50% mais pobres ficam com apenas 12%. O caso do Rio Grande do sul, no entanto prova que é possível escapar dessa armadilha”.

Diante do panorama desigual acentuado no qual se encontra a sociedade brasileira, onde o idoso é estigmatizado de modo a ser rejeitado pela sociedade, e em particular a sociedade produtiva, e ainda observado o panorama de desigualdades regionais do Brasil, atribui-se a psicologia do trabalho o papel de amenizar os desequilíbrios de correlação entre o empregador e o trabalhador idoso.

2.7 A Expectativa de Vida e o Trabalho do Idoso no Brasil

O Brasil que se considerava uma nação jovem, dentro em breve será uma das populações com maior número de pessoas com mais de 65 anos. A Folha de São Paulo, em 28 de julho de 1996 (Da Silva b, 1996, p. 3 a 9), nos apresenta o quanto o Brasil necessita atentar para a questão do envelhecimento:

“Longevidade Preocupa Previdência. O aumento do número de idosos causará impacto imediato na saúde e na Previdência, que terão seus gastos elevados.”

“Documento do Ministério da Previdência Social obtido pela Folha mostra que, em 2020, haverá 2 pessoas em idade de aposentadoria (com mais de 60 anos) para cada 10 em idade produtiva (contribuintes potenciais do sistema previdenciário).”

“Em 1960, havia 0,9 aposentado para cada 10 pessoas em idade ativa (entre 15 e 65 anos). Hoje, há 1,3 aposentado para cada dez trabalhadores.”

“Além do aumento da expectativa de vida, a alta sobrevida dos brasileiros é colocada como um desafio.”

“Segundo o documento, o aumento da sobrevida e as generosas regras de concessão de benefícios fizeram com que a duração média

das aposentadorias no Brasil fosse maior de que a de países desenvolvidos."

"A duração média da aposentadoria para os homens brasileiros é de 17,5 anos. No caso das mulheres brasileiras, a duração média da aposentadoria é de 20 anos, contra 18,6 para as mulheres dos países da OCDE (Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico) os mais ricos do mundo, a duração média do benefício é de 15,2 anos."

Diante da preocupação com o futuro, e por que não dizer, com o presente da velhice no Brasil, encontra-se o tema debatido por Salgado (1982), onde acrescenta que a velhice será um tempo de vazio material e social. Material devido ao aumento da expectativa de vida da população, que por sua vez acarretará a quebra da Previdência Social já que por outro lado a natalidade cai e a conta contribuinte versus aposentado passa a ser desfavorável. Do lado correspondente ao vazio social, vê-se o afunilamento de espaços na comunidade que permitam a existência social produtiva para o idoso, condenando-o a cumprir um papel imposto a ele, o de velho inútil e incapaz, não oportunizando o aproveitamento de suas capacidades e experiências para a sociedade produtiva. A existência plena não é propriedade dos jovens, é um direito de todos os que estão vivos.

Em Engenharia de Produção uma das preocupações está em flexibilizar a organização de modo que esta se adapte às rápidas mudanças que estão ocorrendo em seu meio ambiente. Estas mudanças podem ser previsíveis ou imprevisíveis.

Com a modernidade, o trabalho em sua maioria, vem se transformando em mais criativo e menos mecânico. Isso se deve as mudanças que vem sendo introduzidas em seus meios produtivos, o que por sua vez exige do trabalhador capacidade de decisão para os constantes redirecionamentos de questões em constantes e velozes mudanças. Este é o pensamento que tem que ter essa agilidade e não o físico.

Ao envelhecimento, não podem ser abordadas unicamente questões em termos de uma *determinada população*: os trabalhadores idosos. Trata-se, na verdade, de introduzir na reflexão sobre a população futura provável um aspecto dinâmico e antecipar as relações entre a evolução individual da idade de cada trabalhador com o futuro da empresa.

Não são somente efeitos negativos sobre a capacidade de trabalho, que a idade traz. Os anos de trabalho permitem a acumulação de uma experiência profissional que facilita, muitas vezes, a execução das tarefas. Assim sendo, dá-se a impressão de que o trabalho ideal para a terceira idade, envolveria gestões mais participativas e não apenas realizar tarefas. Nessa forma de participação, o idoso seria validado tanto pelas suas possibilidades, como pelas suas limitações.

O envelhecimento é o fenômeno que atinge a todos os seres vivos, no caso do homem está relacionado intimamente com as condições de vida e trabalho. Isto é, as pessoas podem retardar ou antecipar o envelhecimento em função das condições de vida e de trabalho nas quais elas se encontram submetidas. E é de senso comum que, na medida em que as pessoas vivem, vão adquirindo mais experiência. Assim sendo, pode-se correlacionar as questões relativas ao envelhecimento com as questões relativas à experiência.

Se os trabalhadores idosos, utilizassem na realidade, os mesmos modos operativos para atingir um determinado objetivo que os trabalhadores mais jovens, eles teriam provavelmente dificuldades suplementares. Todavia, a experiência desenvolve um papel fundamental na elaboração de *procedimentos mais econômicos* que permitem ao idoso a execução de tarefas que mesmo pessoas mais jovens têm dificuldades em executar.

Portanto, é de máxima urgência que, cada vez mais, os ergonomistas se preocupem com o sistema de organização do trabalho, para que os indivíduos possam *envelhecer profissionalmente*, com sentimento de dignidade e auto-estima elevada.

Sobre a questão social da velhice no Brasil, segundo Salgado op cit., caracterizou-se por muitos anos, através de ações de natureza assistencialista. A partir da década de 1970, estudiosos no assunto se preocuparam com o aumento demográfico da população idosa brasileira. Registraram-se vários casos de pessoas idosas que se confrontavam com o enfraquecimento dos laços familiares, ocasionados pela perda do pátrio poder, da falta ou da baixa remuneração da aposentadoria, do isolamento e, sobretudo, com a morte do companheiro ou companheira. Diante deste cenário o governo preocupou-se em definir uma política para o idoso. Começaram a surgir seminários e produção de documentos que não só identificavam as necessidades das ações, mas como da produção de diretrizes de ação (Salgado, 1982).

Em Rodrigues (2001, p. 156) tem-se:

"Em 1989 a Associação Nacional de Gerontologia realizou três Seminários Regionais, em Goiânia (região Centro-Oeste), em São Luiz do Maranhão (Norte-Nordeste) e Florianópolis (Sul-Sudeste), atualizando informações e propostas levadas ao Seminário O Idoso na Sociedade Atual, realizado em outubro, em Brasília, onde foi elaborado o documento Políticas para a 3ª Idade, nos Anos 90, documento este entregue, em maio de 1990 a então Ministra da Ação Social, Sra. Margarida Procópio, através da Secretaria Nacional da Promoção Social - SENPROS - Sra. Flora Liz Spolidoro."

No documento entregue pela Associação Nacional de Gerontologia – ANG, entregue para o Ministério da Ação Social, versava sobre a educação do público e formação de uma nova imagem das pessoas idosas, desenvolvimento de pessoal para atuar na área do idoso, educação, lazer e novas aprendizagens, saúde (um direito e um dever para com os idosos), promoção e assistência social, valorização das instituições, habitação, influência sobre a qualidade de vida cotidiana, o trabalho e o trabalhador idoso, previdência e seguridade social numa sociedade justa e equilibrada,

preparação para a aposentadoria, um novo caminho e o Conselho Nacional do Idoso (Rodrigues, 2001).

Existe uma outra forma de se ver a velhice: o da idade existencial. Enquanto sonhamos, enquanto somos capazes de alimentar algum projeto de vida que nos estimule e nos mantenha, sentimos a energia fluir e nos iluminamos diante do novo. Porém, se aceitamos os papéis que os 'outros' acham que devemos desempenhar, envelhecemos, escravos de horizontes que se imobilizam e que se vão reduzindo até fecharem-se de vez.

O artigo *Medicina leva o homem além dos 100 anos*, publicado no Jornal Folha de São Paulo, de 28 de julho de 1996, mostra que a expectativa de vida ao nascer no Brasil pulou de 33,7 anos no início do século para 66,5 anos em 1993. Estima-se que em 2020 o brasileiro vá viver, em média, 72 anos. Hoje, morre-se com 66,5 e a estimativa é que em 20 anos o país terá a sexta maior população de idosos do mundo. Alguns cientistas, como o americano Robert Bradbury, acham que, nos próximos 25 anos, a ciência será capaz de eliminar o limite máximo da vida humana, atualmente fixado por consenso em torno dos 120 anos (Da Silva, 1996).

O mesmo artigo ressalta que a expectativa de vida é diferente de sobrevida. A sobrevida é a estimativa de quanto tempo de vida as pessoas que já chegaram a uma determinada faixa etária ainda terão. Como demonstra o artigo (Da Silva b, 1996, p. 10): “No Brasil, as mulheres que chegaram aos 60 anos têm uma sobrevida de 18,1 anos. Isso significa que a probabilidade é que elas cheguem até os 78,1 anos.”

O cálculo da sobrevida é diferente do cálculo da esperança de vida ao nascer, porque só é computada a taxa de mortalidade da faixa etária em questão. Já no cálculo da expectativa de vida, leva-se em conta a mortalidade geral da população, inclusive a mortalidade infantil, que é alta no Brasil e provoca um rebaixamento na expectativa geral de vida.

No Brasil, a expectativa de sobrevida nas idades mais avançadas é semelhante à dos países desenvolvidos, vide outro exemplo citado na reportagem (Da Silva b, 1996, p. 12):

“Por exemplo, mulheres que chegam aos 65 anos têm sobrevida de 14,6 anos. O homem que chega aos 60 tem sobrevida de 15,9 anos. Se ele passar de 65, a expectativa é que ainda viva 12,9. Aos 70 anos, a sobrevida é de 11,4 anos. Em 2025, a expectativa de sobrevida para as mulheres brasileiras será de 21,8 anos para as que chegarem aos 60, e 14,3 para as que chegarem aos 70. Para os homens, será de 18,7 anos para a faixa de 60 anos e 12,1 para os que chegarem aos 70. Alguns dos principais geriatras dos EUA descobriram que, a partir dos 85 anos, os homens começam a superar as mulheres em chances de sobrevivência e em qualidade de condições físicas e mentais, numa inversão da tendência geral observada em todas as faixas etárias anteriores.”

Néri (1995) trata de um modelo de envelhecimento bem sucedido, postulando que, a boa adaptação na velhice depende de fatores individuais e de conquistas sócio-culturais, que possibilitam a compensação das perdas inevitáveis que advém com a idade, e de, procedimentos que mantenham ou aperfeiçoem as capacidades remanescentes. No período da velhice ocorrem ganhos e perdas como em todos os outros períodos da vida, porém, se observa um desequilíbrio nesse movimento, ocasionando maiores perdas do que ganhos, contudo, as perdas podem ser minimizadas por equipamentos tecnológicos e espaços educacionais, que permitam compensar as perdas dessa etapa da vida.

Reforçando as condições de perdas e ganhos, Novaes apresenta um elenco de possibilidades, que podem ocorrer na velhice como o resgate dos valores e modos de viver que não puderam ser até então assumidos, a ruptura com situações e rotinas de vida que tiveram que ser suportadas, por força das circunstâncias e falta de alternativas, a retomada de planos, programas de vida

e atividades que precisam ser completados e desdobrados, o ressurgimento de dimensões pessoais como a mística, artística, laborativa que ficaram abafadas por um cotidiano difícil e exigente, a restauração de desejos e necessidades que não puderem ser satisfeitos, devido a frustrações e obstáculos, tanto externos quanto internos, sendo que o homem tem a idade de seus desejos, o retorno de emoções e sentimentos, intensificando sensibilidade e afetividade, estabelecendo vínculos e relações interpessoais, a recaída constante em estados de depressão e de vazio, ligados à sensação de inutilidade, insegurança e fracasso, a recordação permanente de lembranças passadas, como a única maneira de manter-se vivo, sem tentar a ponte do significado entre o passado, presente e futuro, a reconstrução da identidade pessoal e social com base em novos interesses e motivações, descobrindo criativamente outras facetas do viver e modalidades de prazer (Novaes, 1995).

2.8 O Papel do Idoso no Organismo Social

A sociedade, compreendida como um organismo vivo e dinâmico poderia ser subdividida em vários segmentos sociais, sendo um deles o idoso e sua problemática, parte viva deste organismo maior. Para compreender-se qual o papel ou a função deste na sociedade, faz-se necessário estudá-lo como um todo já que não se pode alterar apenas um aspecto da vida humana, pois a mudança em um ponto, implica na mudança ou readaptação do todo sendo ele fisiológico, psicológico, cognitivo, social e espiritual.

A holística, baseando-se na origem da palavra grega *holos* (totalidade), refere-se a compreensão da realidade em função da totalidade não podendo ser reduzida a unidades menores de forma a manter seu verdadeiro significado. Complementando, conforme Vargas (1983, p. 25): "O holismo, doutrina evolucionista de Smuts, foi criado em 1926 e, ainda hoje, é conhecido de poucos."

A concepção holística e ecológica do mundo, considera o universo um sistema vivo. Desta forma, urge que se modifique o pensar e agir social, pois ainda em Vargas (1983, p. 25), sobre o envelhecimento holístico tem-se:

"Há portanto, nessa referida concepção, um conceito sistêmico de envelhecimento que subentende atividade e mudanças contínuas, que refletem a resposta criativa do organismo aos desafios ambientais. Por isso, como a condição de um indivíduo depende, costumeiramente, em alto grau, de seu ambiente natural e social, não existirá um nível absoluto de envelhecimento que seja independente desse meio."

Bolsanello (1986), sobre o assunto diz que as pessoas idosas são quase sempre mencionadas como problema, raramente em termos de solidariedade familiar e social ou das contribuições positivas que podem oferecer a outras gerações, particularmente quando lhes é permitido funcionar no ambiente de seu próprio lar. Pela pouca ou talvez nenhuma contribuição que dão ao produto nacional bruto de seu país, os velhos passaram a ser a geração indesejada. É de fato hoje cada vez mais aceito que as necessidades sociais e psicológicas, peculiares aos idosos, são mais bem atendidas no seu ambiente ativo e afetivo da família, onde eles têm um papel a desempenhar e onde se sentem necessários e estimados. O que se faz necessário é uma integração dinâmica entre os membros da família de todas as idades.

Estando hoje o idoso restringido dentro da sociedade, este é, por muitas vezes, gradativamente isolado do meio de convívio social e afetivo, sendo submetido, em ultima instância, a instituições asilares, o que o destrói em sua moral e no seu psicológico fazendo-o se sentir inútil, acabado e um fardo para os seus. Para enfatizar o fato Bolsanello (1986, p.761) acrescenta:

"Não está na multiplicação de abrigos geriátricos a solução dos problemas dos idosos, mas sim, em reexaminar a função da família, pois há necessidades de inovações audaciosas, há que organizar os cuidados próprios, os cuidados comunitários de forma tal que se apoiem reciprocamente, constituindo não só uma melhor forma de vida para os

idosos mas também para os filhos e os netos, que serão levados pelo exemplo”.

O quadro social do idoso se caracteriza pela falta do que fazer, logo, torna-se insatisfatória as soluções que as sociedades oferecem. O asilo só tem sentido em abrigar idosos, que não teriam de outro modo, algum teto por falta de recursos. Excedem em muito as pessoas incapacitadas físicas e mentais graves, que recebem cuidados em instituições de asilos, em relação as pessoas que em igual situação, são com devoção e considerável sacrifício cuidadas pelos seus familiares. Pois, quando os filhos constituem suas famílias, se separam dos pais, há um desligamento e natural afastamento, mesmo que haja muitos idosos que se sentem felizes em verem seus filhos independentes em seus lares, e outros que se ressentem da solidão e da falta de assistência que a perda dos filhos ocasiona. Viver com os filhos casados envolve problemas, tais como, conflito com genro ou nora, discussão sobre educação dos netos. Com isso ficam isolados.

Os mesmos autores dizem que foi pela grande importância que o problema da velhice já vinha tendo, que a Assembléia Geral das Nações Unidas, convocou em 1982 uma Assembléia Mundial dedicada a terceira idade, para lançarem um plano de ação mundial destinado a garantir a segurança econômica e social dos idosos e dar-lhes oportunidade de participar no desenvolvimento nacional. Isso mostra que a comunidade Internacional começou a três décadas a se dar conta de que a terceira idade é um problema mundial (Bolsanello, 1996).

Ainda na mesma fonte Bolsanello (1986. p 762), acrescenta:

“O principal objetivo dos cuidados para com o idoso de ser o de mantê-los como parte integrante da sociedade. Na cidade Sueca de Gothenburg, teve início um amplo estudo sobre a velhice. E os organizadores do estudo julgaram que se deve dar maior atenção às condições atuais de vida das pessoas idosas na comunidade e a necessidade de subsídios financeiros destinados a fazer

decrecente o risco de inatividade física e de isolamento social e mental. Poucos países no entanto, podem comparar-se à Suécia em matéria de assistência a velhice. Lá existem fábricas organizadas e administradas por idosos, para os idosos que recusam a inatividade“.

Ainda em Bolsanello tem-se a informação de que foram realizados estudos na União Soviética, hoje Rússia, onde mostraram que as pessoas aposentadas, sofrem pronunciado declínio em sua vitalidade e podem envelhecer prematuramente, e que a ocupação social útil, revigora seu moral. O autor (1986. p 762) afirma que no mesmo país houve um alerta para a necessidade de “utilizar mais plenamente as oportunidades de participação mais ampla de pensionistas e pessoas incapacitadas em trabalhos sociais”.

2.9 A Segunda Carreira

Com a questão do aumento da expectativa de vida no Brasil, tem-se por consequência um aumento significativo de pessoas idosas, e a sociedade deve repensar sobre a aposentadoria e o que fazer após a mesma. Sobre isso comenta Sá (2001):

“As pessoas tendo uma maior expectativa de vida começam a questionar-se a respeito de alguns sonhos esquecidos, um retornar a faculdade (o que hoje é até estimulado por algumas instituições de ensino), ou ainda a segunda profissão, que no passado era realizada como hobby ou complemento familiar e, hoje torna-se a profissão principal”.

Os motivos podem ser muitos, necessidade econômica, não gostar de ficar em casa, entre outros. Mas o mais importante é o indivíduo se sentir útil, produtivo, capaz de interagir com o meio e levar conhecimentos de sua experiência de vida para o seu novo trabalho e, em contra partida, prover-se tanto a nível econômico como, e principalmente emocional e social, sem ser

taxado por si ou pelos outros de peso social por estar “improdutivo” e não ter mais o mesmo “status” social que adquiriu no passado.

Salienta a autora que alguns idosos, estão dispostos ao desafio do novo e percebemos claramente através dos telejornais que alguns empresários estão dando oportunidade no mercado de trabalho, bem como valorizando e destacando características como responsabilidade, organização, disciplina, pontualidade nas atividades realizadas.

A sociedade como um todo, tem que se preparar para envelhecer com dignidade e receber o novo contingente de idosos, dando oportunidade de ação nos vários níveis sociais, assim construiremos uma sociedade mais integrada e feliz (Sá, 2001).

A capacidade de dominar novas especialidades, segundo Bolsanello, diminui na velhice embora o indivíduo tenha maior experiência e haja acumulado maior conhecimento, e que em certas indústrias e departamentos científicos, o governo sueco determinou que sejam estabelecidas condições de trabalho mais em nível das possibilidades para as pessoas de idade avançada, beneficiando-se de esquema de trabalho e recreação assim como um ritmo mais lento na atividade, e podendo, se desejarem, tomar empregos de carga horária parcial, com isso propiciando melhora no bem estar material e assegurando a transferência das experiências adquiridas por eles, para a próxima geração (Bolsanello, 1996).

Na matéria intitulada *Existe vida depois da aposentadoria* Dia (2001), este afirma que se pode observar que existe vida, e muita, após a aposentadoria. E que hoje se está vivendo uma época de aposentadorias precoces. As pessoas aposentam-se, ou são convidadas a se aposentar pelas empresas, por volta dos 50 anos. Este século tem como característica, na vida profissional das pessoas, a passagem por duas ou três carreiras ao longo da vida e que isso já é encarado como coisa normal, e por tanto não deve ser considerada como derrota pessoal.

Dentro dessa ótica salienta o autor (Dia, 2001):

“A aposentadoria não deve mais ser encarada como o tempo do *dolce far niente*. Isto era na década de 50, quando a expectativa de vida no Brasil era de 50 e poucos anos. Então, o mais natural era que as pessoas morressem trabalhando. Hoje, é possível conciliar uma rotina menos estressante, ou uma maior frequência de pequenas férias, com um trabalho permanente.”

O mesmo autor supõe que se alguma coisa deve ser planejada na primeira carreira, é como subsidiar a segunda por algum tempo. Ao aposentar-se as pessoas se permitem relaxar e exorcizar velhos fantasmas como o da afirmação pessoal, o da competição desenfreada com os colegas e o da intransigência e permite também a busca de satisfação em coisas absolutamente irrelevantes como por exemplo, um passeio sem que este lhe cause remorsos. Tal atividade exige menos recursos financeiros, mas estes são necessários para concretizar alguns sonhos.

Em conformidade com Dia (2001), Lannes, em seu artigo Viveremos Séculos! Mas com Qualidade de Vida? Acrescenta:

“Cerca de 2.200 pessoas freqüentam a cada semestre os 126 cursos para a terceira idade da UERJ, outros 800 são atendidos mensalmente em seus dois ambulatorios especializados, centenas consultam o site da Unati e dezenas o seu centro de documentação, a cada semana. Muitos estão aposentados e buscam maior especialização na sua profissão. Há os que querem aprender aquelas atividades que sempre desejaram e os que só querem saber de lazer e descanso. Mas a maioria desses brasileiros, segundo Renato Veras, sabe que vai ter que juntar sua parca aposentadoria (quando a tem) à pequenos bicos não especializados e mal pagos, até morrer”.

Na opinião de Dia (op. cit.), ao contrário do senso comum, não existe mesmo muita preparação para a segunda carreira. As coisas não são tão

previsíveis assim. Para a maioria, pelo menos. É claro que se uma pessoa, durante sua primeira carreira, descobre um outro lado seu inexplorado, e resolve se dedicar a isso em paralelo com o que faz, poderá ser muito mais tranqüila esta transição. Como exemplo, pode-se imaginar o caso de alguém que começa a estudar e fazer restauro de obras de arte, nas horas vagas. Esta poderá ser uma excelente opção de segunda carreira. Mas, o que acontece com a maioria das pessoas é não prepara para uma segunda carreira no decorrer da primeira, para estes faz-se necessário tentando conciliar sua vocação ou sua experiência anterior com uma nova oportunidade.

2.10 Conceito de Saúde

Segundo Ferreira (1986), saúde é a conservação da vida. Estado do indivíduo cujas funções orgânicas, físicas e mentais se acham em situação normal; estado do que é sadio ou são, força robustez e vigor. Disposição do organismo, disposição moral ou mental, saúde de espírito.

A OMS define saúde como [SQV]:

“Saúde é um estado de completo bem estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade.”

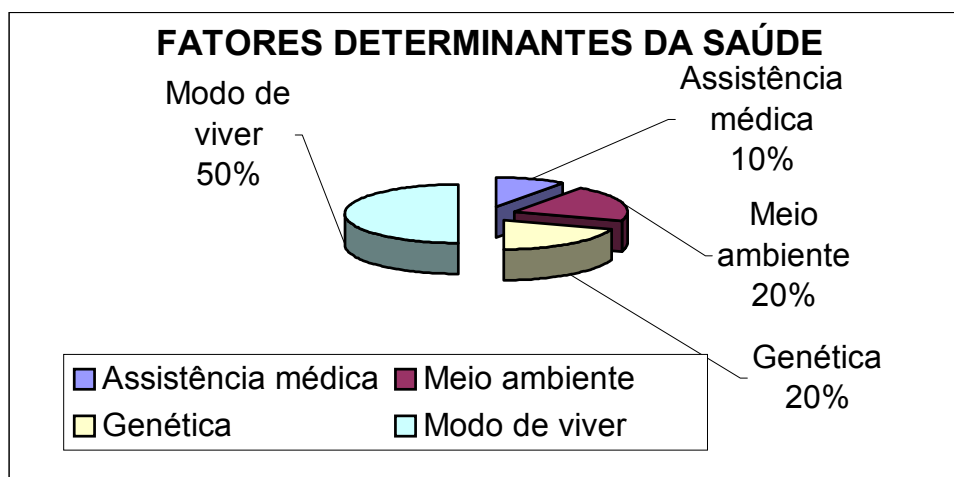
Na mesma fonte encontra-se comentário quanto a amplitude do conceito, pois abordar saúde e sua real abrangência, deve-se analisar suas variáveis determinantes que são: alimentação, educação, saneamento básico e meio ambiente.

Em um estudo, Silva e De Marchi (1997), afirmam que a genética e o atendimento médico não são os principais fatores responsáveis pela saúde. Ser uma pessoa saudável não é fruto apenas do histórico familiar, de exercícios físicos regulares, medicamentos bem prescritos ou de uma boa alimentação.

Na verdade, o fator determinante da saúde é a forma como se conduz a vida. É surpreendente, mas é o modo de viver, o comportamento que mais influencia a saúde das pessoas.

Assim sendo, os estudos realizados pelos doutores Silva e De Marchi (1997), o conceito, *mente sã, corpo são*, é comprovado pela ciência. Para maior clareza tem-se a figura 2.

Figura 2: Determinantes da Saúde.



Fonte: Silva, Marco Aurélio Dias, Dr; Marchi, Ricardo De, Dr. Saúde e qualidade de vida no trabalho. (1997, P.10).

De acordo com o estudo, justifica o cuidado com o bem-estar psicológico de maneira essencial. Se conhecer melhor, lidar de uma forma saudável com sentimentos e emoções, são fundamentais para uma vida equilibrada e feliz. Ainda dentro do mesmo estudo Silva e De Marchi (1997, p.11), o acompanhamento psicológico regular traz ao indivíduo os seguintes benefícios:

“Estimula o equilíbrio emocional e diminui a ansiedade; Desenvolve o autoconhecimento e a auto-estima; Amadurece o indivíduo e integra seus valores: autenticidade, sinceridade, transparência, honestidade, serenidade, sensibilidade, virtude, justiça, ética e compreensão mútua; Enriquece a qualidade do relacionamento familiar e social; Ativa novos potenciais e desperta a criatividade; Estimula a cooperação, o trabalho em equipe e a produtividade; Resgata a saúde, bem-estar e a alegria de viver.”

Quanto a saúde mental especificamente, tem-se em Vargas (1983, p. 125) que:

"Embora o rejuvenescimento não exista cientificamente em termos médico-farmacológicos, sob o ponto de vista psicológico constata-se freqüentemente que certos indivíduos rejuvenescem quando mudam hábitos e corrigem erros de uma vida inadequada à felicidade. Pois, se envelhecer é inevitável, não há necessidade de fazê-lo antes da hora, quando o organismo humano tem, em princípio, todas as condições de funcionamento. Se a idade realmente diminui algumas de nossas aptidões, ela, ao mesmo tempo favorece e desenvolve outras. Encontrar ocupações, desenvolver atividades, sejam elas quais forem é de extrema importância para a saúde e felicidade do velho." " ... os lazeres da terceira idade devem ser considerados como terapêutica tanto psicológicas como social." "... suscitar o aprendizado de atividades novas, onde os clubes, as férias e as viagens organizadas têm um papel de destaque."

Entre as sugestões do mesmo autor, que visam assegurar um meio ambiente que torne possível aos idosos levarem um tipo de vida mais saudável, encontramos também, programas de ação social para melhorar a educação, os níveis de emprego, os direitos civis e a situação econômica de grande número de pessoas empobrecidas; sob este aspecto, compreende-se a política social como uma política de saúde, pois afeta não só os indivíduos envolvidos, como também a sociedade como um todo.

2.10.1 Estresse o Maior Inimigo da Vitalidade

Ao buscar-se a origem da palavra estresse, encontra-se que no século XIX, engenheiros anglo-saxões adotaram a palavra *stress* para fazer referência a tensão aplicada resultante da força aplicada a um corpo, a tenção era aplicada ao objeto até sua ruptura, com isso tinha-se sua resistência. A medicina, por intermédio do biólogo canadense Hans Seyle, a utilizou para

explicar o desequilíbrio que acontece no corpo humano diante de uma agressão [EST].

Segundo o psiquiatra Sabbi (2001):

“O termo stress popularizou-se no início dos anos 80, motivando as pessoas a atentarem para a sua qualidade de vida, estando hoje estampado em muitos pára-choques de automóveis. Stress, estresse, ou ansiedade, é a 2ª doença psiquiátrica em frequência no Brasil, atrás apenas da dependência às drogas. Apesar de afetar ambos os sexos, é duas vezes mais comum em mulheres.”

O estresse é natural e necessário no ser humano, graças a ele, fica-se mais atento e sensível nas situações de perigo e dificuldade. O nível de estresse é benéfico quando estimula o corpo e melhora sua atenção. Ao contrário, quando estes níveis aumentam em demasia, o estresse passa a ser um inimigo pois diminui as defesas do organismo bem como a capacidade física e mental aumentando a probabilidade de se adquirir doenças. Ainda assim não se pode determinar um nível fixo de estresse suportado por um ser humano, este é variado para cada pessoa que todos os dias vê-se em situações estressantes tanto físicas quanto intelectuais, embora a segunda seja mais pertinente nos dias de hoje. O ser humano reage a elas num mecanismo de sobrevivência e como este mecanismo é próprio da natureza humana não é possível muda-lo mas sim, aprender formas de se defender dele [EST].

Em artigo “Estresse inimigo da vitalidade” a Revista Tempo (1988, p. 19), diz que o envelhecimento do ser humano é um processo inevitável e gradativo de declínio da disposição física e mental. A força de bombeamento do coração e a capacidade dos pulmões diminui, a digestão se torna mais lenta, o funcionamento do fígado e dos rins atende menos às necessidades, as juntas e as vértebras se degradam, a circulação, a elasticidade da pele, a visão e a audição deterioram. Mas a disposição e o nível da atividade não são apenas uma questão de idade, pois a idade relativa depende do grau de vitalidade e de bem estar que a pessoa possui.

Tensão constante, pressão em situações-limite. Os períodos de descanso e descontração, diversão esportiva, caminhadas leves são curtos demais para as necessidades e também curtos demais para manter uma refeição balanceada.

2.10.2 O Exercício Físico e a Alimentação

Em Safons (2001), encontra-se que no ano de 1994, foi sancionada a Lei no 8.842/94, que dispõem sobre a Política Nacional do Idoso, onde se incluem menções "ao incentivo e à criação de programas de lazer, esporte e atividades físicas que proporcionem a melhoria da qualidade de vida do idoso e estimulem sua participação na comunidade".

As mudanças fisiológicas, psicológicas e sociais que ocorrem com o processo de envelhecimento, vão influenciar de maneira decisiva no comportamento da pessoa idosa. Diante desse fato, o cuidado com o corpo na forma de exercícios físicos e de uma alimentação adequada faz-se necessário para que o indivíduo em idade avançada possa gozar de vitalidade nesta fase de sua vida.

Conforme Faria Junior et al (1998), com o declínio gradual das aptidões físicas, o impacto do envelhecimento e das doenças, o idoso tende a ir alterando seus hábitos de vida e rotinas diárias por atividades e formas de ocupação pouco ativas. Os efeitos associados a inatividade e a má adaptabilidade são muito sérios. Pode acarretar numa redução no desempenho físico, na habilidade motora, na capacidade de concentração, de reação e de coordenação, gerando processos de autodesvalorização, apatia, insegurança, perda da motivação, isolamento social e a solidão.

Os mesmos autores comentam sobre os efeitos da diminuição natural do desempenho físico, que podem ser atenuados se forem desenvolvidos com os idosos, programas de atividades físicas que visem a melhoria das capacidades motoras que apóiam a realização de sua vida cotidiana, dando ênfase na

manutenção das aptidões físicas de principal importância no seu bem estar como: a força muscular, a flexibilidade, a mobilidade articular e a resistência. A força dos membros inferiores é muito importante para a prevenção de quedas. A força dos músculos abdominais e lombares para a manutenção da estática corporal e no andar, evitando dores crônicas e muita incapacidade.

Na mesma fonte, no que se refere a mobilidade articular, tem-se que esta está diretamente relacionada com a amplitude do movimento, a flexibilidade com sua qualidade. A resistência esta ligada a frequência com que o idoso se dedica a ocupações ativas. A redução desses fatores prejudica a performance de muitas atividades do dia a dia.

Em [EFJ] (2000), encontra-se que a atividade física regular pode ajudar a manter o organismo jovem por mais tempo. A matéria faz referência a pesquisa realizada pela Universidade de Pisa, na Itália. Onde foi estudada a circulação sangüínea em dois grupos de homens, com idade média de 27 e 63 anos. Em cada time encontravam-se indivíduos esportistas e sedentários. Na hora de cruzar os dados, veio a surpresa ao se constatar que as artérias dos idosos ativos funcionavam tão bem quanto as dos atletas de 20 anos.

"Essa descoberta reforça, e muito, o que já sabíamos sobre os benefícios do esporte, diz Carlos Eduardo Negrão, diretor da Unidade de Reabilitação Cardiovascular e Fisiologia do Esforço do Instituto do Coração, de São Paulo. Ele cita outra pesquisa, feita no ano passado, que demonstrou as vantagens do exercício para pacientes recém-saídos de uma cirurgia de angioplastia. Mas esse novo trabalho vai mais longe, ao demonstrar a relação direta entre a prática esportiva e o retardo no desgaste dos vasos."

Ressalta Antunes (2001) em seu artigo *Vida Longa para a Memória*, que não só os músculos ganham com a prática de atividade física. O cérebro também entra em forma. Acrescenta a autora:

“Ao acompanhar 6 mil mulheres com mais de 65 anos, cientistas da Universidade da Califórnia concluíram que as adeptas da malhação sofrem índice menor, entre 26% e 34%, de perdas cognitivas com a idade. *Os exercícios ativam o fluxo sanguíneo cerebral*, diz a professora de educação física Hanna Karen Antunes, que desenvolveu um trabalho similar na Universidade Federal de Uberlândia, em Minas Gerais. O estudo brasileiro comprovou que caminhadas regulares melhoram a memória e a atenção. *Para funcionar, a prática deve ser constante e orientada por um profissional que avalie as condições físicas de cada um.*”

Em seu livro *Atividades físicas para a Terceira Idade*, Faria afirma que a promoção de saúde e a qualidade de vida são os objetivos mais importantes numa atividade física com idosos. É fundamental que o idoso aprenda a lidar com as transformações de seu corpo e tire proveito de sua condição, prevenindo e mantendo em bom nível sua plena autonomia. Para isso é necessário que se procure estilos de vida ativos, integrando atividades físicas a sua vida cotidiana.

O mesmo autor recomenda que se faça atividades moderadas de forma sistemática, porque dão melhor resultado do que atividades intensas durante um curto espaço de tempo. O aumento da carga de exercícios deve ocorrer de forma gradual, evitando o cansaço intenso e a dor, objetivando desenvolver a resistência e manter níveis aceitáveis de capacitação física. Ter o acompanhamento de Médico para um controle, é fundamental para se saber as atividades mais aconselháveis e estabelecer eventuais restrições sobre o que se faz.

Com isso é possível se alcançar níveis bastantes satisfatórios de desempenho físico, gerando autoconfiança, satisfação, bem-estar psicológico e interação social. Deve-se levar em conta que o equilíbrio entre as limitações e as potencialidades da pessoa idosa ajudam a lidar com as inevitáveis perdas decorrentes do envelhecimento (Faria, 1997).

A prática de atividades físicas, não pode ser pensada, sem que sejam avaliadas também as condições alimentares das pessoas idosas. Sabe-se que é importante a diversidade de alimentos. Sobre o que comer, há estudos que defendem a pirâmide alimentar, observando a proporção de acordo com as necessidades básicas de nutrientes que uma pessoa deve ingeridos por dia, em qualquer idade, inclusive, ou mais ainda, na terceira idade. Com a vida agitada que se tem nas fases que antecedem a velhice, na maioria das vezes, come-se inadequadamente, dando-se preferência ao prazer de comer na escolha das refeições. Além do que não se tem hábito do descanso após as refeições.

O cardiologista Júlio Acosta Navarro, do Instituto do Coração, em São Paulo, em Navarro (2000), afirma que quem segue uma dieta vegetariana tem menos probabilidade de vir a ter uma série de problemas de saúde, como obesidade, hipertensão e colesterol alto. Ao concluir duas pesquisas sobre o assunto. A primeira analisando indivíduos vegetarianos, semivegetarianos, aqueles que comem carnes até três vezes por semana, e os onívoros, que gostam de tudo. Segundo o autor, mesmo quem apenas diminuiu o consumo da proteína animal, sem eliminá-la completamente, obteve benefícios como a redução de colesterol e de doenças cardíacas. O segundo trabalho foi uma ampla revisão de artigos publicados em cerca de 500 revistas especializadas que serviu de base para o livro *Os Índios Tinham Razão: as Bases Científicas do Vegetarianismo*. Nele o autor afirma que "o homem, ao passar a ingerir carne, saiu de seu caminho natural de evolução e se tornou vítima de seus próprios hábitos alimentares".

Neste sentido, chama-se a atenção para o fato de que aumentar alguns anos de vida não basta. Os idosos necessitam viver em melhores condições, ou seja, com boa qualidade de vida. Neste contexto, a prática regular de atividade física e alimentação adequada não basta para uma melhoria da saúde, faz-se necessário criar também oportunidade de se constituir um espaço para o desenvolvimento pessoal e interpessoal.

2.10.3 A Fé e o Ser Humano

Oliveira (2001), na revista saúde diz: “Cada vez mais estudos apontam um elo entre acreditar em Deus e conquistar a saúde. A relação é estatisticamente inegável até para os céticos. Agora os pesquisadores buscam operar o milagre de decifra-la”.

Tendo como base o senso comum, o Instituto Nacional de Saúde dos Estados Unidos, nas universidades de Iowa, Duke e Stanford foram tabulados dados de 42 pesquisas científicas sobre medicina e espiritualidade, acompanhando informações sobre a saúde e o comportamento de 125.826 cidadãos. Os resultados segundo Oliveira (2001) foram os seguintes:

“Vive 29% mais quem vai à missa ou à sinagoga regularmente ou, ainda, freqüenta o templo budista e a mesquita. A religião, para os cientistas, não importa. O diferencial é praticá-la, acreditando em um ser supremo bom e protetor.”

Na Revista saúde, em uma matéria sobre espiritualidade, assinada por Alexandre Praça, descreve estudo realizado pela Universidade de Louisiana, nos Estados Unidos, com 1.261 adolescentes e concluiu que nesta fase de dificuldades de aceitação, os jovens religiosos praticantes, tinham uma melhor aceitação de si mesmos (Praça, 2001).

Ainda o mesmo estudo afirma que, os resultados revelam que a maioria dos entrevistados que possuíam boa aceitação de sua imagem, participavam de movimentos religiosos. A explicação segundo Praça (2001) é que:

“De acordo com os especialistas, a explicação para o fenômeno pode estar nos valores positivos transmitidos pela Igreja. *A convivência com os amigos e a família, incentivada por grupos religiosos, é importante para aliviar os conflitos comuns dessa idade*, confirma a psicóloga Eliana Aversa Lopes, da Universidade Federal de São Paulo.”

Encontra-se [FRE], no artigo *Fé religiosa e espiritualidade podem auxiliar na recuperação de viciados*, que um estudo indica que níveis elevados de fé religiosa e espiritualidade estão associados a vários resultados positivos da saúde mental de pessoas que estão se recuperando do abuso de substâncias, incluindo-se mais otimismo sobre a vida e maior maleabilidade com relação ao estresse, o que pode contribuir para o processo de recuperação. Nesse envolveu 236 pessoas que se recuperavam do vício em álcool e/ou drogas, representando o maior estudo deste tipo até então conduzido. As descobertas foram apresentadas durante a 108ª Convenção Anual da Associação Psicológica Americana, em Washington, de 04 a 08 de agosto de 2000.

“Resultados do estudo conduzido por Dustin A. Pardini, M.A., da universidade do Alabama, Thomas G. Plante, Ph.D., da Universidade de Santa Clara e por outros colaboradores, indicam que maior fé religiosa e espiritualidade estão associados a uma melhor forma de enfrentar o problema, maior maleabilidade ao estresse, orientação otimista da vida, maior apoio social e menores níveis de ansiedade” [FRE].

Na mesma fonte encontra-se que, as descobertas são similares a estudos prévios que indicavam que pessoas em recuperação do abuso de substâncias dão maior importância à reza, à crença em Deus e a um maior senso de fé. As descobertas também se assemelham aos resultados de estudos que examinaram a relação entre a religião e a saúde mental. Tais estudos reportaram maior habilidade de lidar com a situação e maior maleabilidade ao estresse, com maior satisfação em relação à vida [FRE].

A pesquisa sugere que a espiritualidade contribui para uma perspectiva mais otimista da vida ao passo que atos de fé religiosa agem como amortecedores do estresse. Contudo, o conceito de espiritualidade e a forma pela qual difere da religiosidade ainda são vagos.

Espera-se que os resultados do estudo levem a uma maior cooperação entre os membros de organizações religiosas e profissionais da saúde mental e de outros campos médicos [FRE].

Em Oliveira (2001), encontra-se que os estudos científicos ligados à fé foram acima de 700 nas duas últimas décadas, 212 delas de 1999 para cá. Em um levantamento concluído no primeiro semestre de 2001 pela universidade de Georgetown, em Washitgton, dois terços dos trabalhos apontam o resultado benéfico da fé sobre a saúde dos indivíduos.

Dentro do exposto por Oliveira (2001), O Psiquiatra Harold Koenig, considerado um dos expoentes mundiais na área, afirma que existe uma diferença que deve ficar clara em suas pesquisas: “A gente não quer provar se ocorrem milagres ou discutir se há cura simplesmente pela fé, o que se busca é conhecer melhor os efeitos da fé no organismo. E, de fato, eles aparecem bastante positivos.”

A mesma autora complementa sua análise trazendo a palavra de vários especialistas, como a opinião do especialista em Medicina comportamental José Roberto Leite, professor da Universidade Federal de São Paulo que afirma que o fato comprovado pelos colegas americanos de que quem tem fé tem 50% menos chances de ser hospitalizados é devido, em grande parte, pelo fato de que essas pessoas geralmente levam uma vida mais tranqüila correndo menos riscos e evitando a bebida e as drogas. E ainda sobre outra ótica, o professor Herbert Benson, da Universidade Harvard, notório estudioso do território onde convivem Medicina e religião, relata que uma preocupação faz com que se libere neurotransmissores responsáveis pelo estresse, que afetam negativamente o sistema imunológico. Ao sentir-se protegido por uma força superior, o corpo produza outras moléculas, como a endorfina, a serotonina e uma série de mensageiros nervosos que aliviam dores, relaxam e dão sensação de otimismo e de bem-estar. Ao tratar do tema diante da visão do paciente de que a fé seja encarada como remédio, a autora relata a preocupação de médicos que afirmam que a fé não surtirá efeitos se o espírito dos pacientes não se convencerem o corpo jamais será enganado.

Padre Antônio Maria se manifesta na mesma fonte, afirmando que Deus cura e que a igreja dá a isso muita importância, tanto que para que uma pessoa

seja considerada beata ou santa é preciso que seja atribuído a ela algum milagre. Mas Oliveira (2001) alerta que “há o perigo de que a doença seja considerada castigo divino. existe gente que mantém um ótimo relacionamento com Deus mas nem por isso goza de excelente saúde”.

Oliveira (2001) Salienta que:

“Sempre vem à tona questões dessa natureza. Mas não causam tanto constrangimento quanto o estudo de médicos do Hospital Saint Luke, no Kansas. Eles selecionaram pacientes de UTI em estado grave e deram seus nomes e suas fotos a alguns grupos de oração. A incidência de recuperação entre os doentes que foram alvo das preces foi 10% maior. Experiências com aidéticos têm resultados semelhantes. E, aí, ninguém pode falar em auto-sugestão. Só resta à ciência registrar os episódios e entregar a Deus.”

Acrescenta Oliveira (2001), “quando você ora, não é só a alma que sai ganhando – Deus, o tema, está cada vez mais nas alturas na contagem das pesquisas médicas americanas”.

Ressalta Bolsanello, (1986, p. 766), “que existe uma crença que diz que as pessoas ao envelhecerem ficam mais religiosas, porém isso não está comprovado, pois a maioria das pessoas idosas mantém suas convicções religiosas formadas em épocas anteriores”.

2.10.4 A Importância do Lazer

Calado (2001), em seu artigo sobre importância da animação e o lazer na terceira idade, relata que o idoso vai alterando os seus hábitos e rotinas diárias, substituindo-os por ocupações e atividades que exijam um menor grau de atividade, isso devido ao declínio progressivo das suas capacidades físicas. Vários autores dividiram o processo de envelhecimento em três componentes: biológico, social e psíquico. Estes três componentes do envelhecimento têm uma influência decisiva no comportamento do Idoso.

Ao longo do processo de envelhecimento, as capacidades de adaptação do ser humano vão diminuindo, tornando-o cada vez mais sensível ao meio ambiente que, consoante as restrições implícitas ao funcionamento do idoso, pode ser um elemento facilitador ou um obstáculo para a sua vida. A diminuição da atividade, ou mesmo inatividade, pode acarretar sérias conseqüências, tais como redução da capacidade de concentração, reação e coordenação que, por sua vez, podem provocar processos de autodesvalorização, diminuição da auto-estima, apatia, desmotivação, solidão e isolamento social. O idoso deve encarar o seu envelhecimento como um processo natural, de forma positiva e adequada, e a reconhecer a necessidade da manutenção das atividades físicas e mentais após os 65 anos.

Vários autores e médicos referenciam a importância da animação social e o lazer para grupos de terceira idade. A psicóloga acima citada, ressalta a importância de que no grupo existisse um psicólogo e um animador social, que trabalhassem, cada um na sua área de conhecimentos e em colaboração com toda a equipe multidisciplinar, médico, enfermeiro, agente social e professor da área de lazer, e com voluntários da própria comunidade, sendo esse membro das próprias famílias dos idosos, ou não, no sentido de proporcionar uma vivência digna e de qualidade a todos os membros do grupo.

Ainda a mesma autora sugere que ao nível da animação social para idosos, podem ser desenvolvidos diversos tipos de atividade, como por exemplo exercício físico ligeiro, sessões de leitura de contos e poemas, assistir filmes e posterior discussão sobre os mesmos, sessões de discussão de temas propostos, atividade de trabalhos manuais como corte e colagem, pintura em tecido, bordado, crochê, rendas e tapeçaria, com posterior exposição dos trabalhos realizados, culinária, jogos de mesa, jogos de memória, quebra-cabeças, grupos de reflexão, artesanato, oficinas de leitura, jardinagem, encontros musicais, bingo cultural e dançante, passeios ao ar livre, visitas a museus, idas ao teatro e excursões. A diversidade de atividades favorece as preferências propiciando a satisfação de um número maior de participantes.

Pode-se elaborar um *Jornal Mural*, com histórias, poemas, frases, ditados populares, anedotas e receitas, recolhidas junto dos idosos. O jornal pode também ter um espaço destinado a uma breve apresentação de novos membros do grupo, datas de aniversário, calendário das atividades a desenvolver, levando-se em conta de que um aspecto fundamental é o de que as atividades de animação devem ser realizadas com o maior número possível de participantes, pelo que se deve também fazer um estudo sobre quais as atividades que mais agradam ao grupo, logo, aquelas em que eles se sentem mais motivados a participar. Considerando-se a capacidade do local em termos de espaço físico para realização das atividades.

Outra sugestão da autora é que podem ser desenvolvidos encontros de Avós e Netos, que consiste na organização de atividades próprias para a ocasião, com objetivo de incentivar o respeito e favorecer o convívio. No entanto, esta atividade depende do envolvimento de todo o grupo de apoio, no contacto com pessoas especializadas para o criação e aplicação das atividades, e da disponibilidade das mesmas para participar neste tipo de projeto, que tem outros aspectos, como por exemplo o transporte das crianças até o recinto proposto, ou, em alternativa, dos idosos até à escola (Calado, 2001).

No site *Pesca na Terceira Idade*, encontra-se que referindo-se a lazer, houve uma revolução pacífica e planejada, atingindo segmentos importantes e economicamente promissores, para atender esse consumidor, podendo-se citar o turismo, através das Agências de Turismo dos Estados, as Faculdades da Terceira Idade, Clubes Sociais e Esportivos. Lazer em grupo e excursões, passaram a fazer parte das atividades desses grupos e, conseqüentemente, desinibiram as restrições existentes no passado. Entre as atividades de lazer, notamos uma maior frequência de pessoas ligadas à terceira idade ao salutar esporte da pesca esportiva. Várias publicações voltadas para orientação e melhoria da qualidade de vida da chamada terceira idade passaram a se

preocupar com as comunidades dos idosos e ao crescimento da população da *melhor idade*, conforme se identificam.

Na mesma fonte Celso Barroso Leite, comenta que, pode-se dizer que iniciado no século XX, o século XXI é o século da aposentadoria e do lazer, fica configurada a preocupação do autor quanto as potencialidades dessa nova geração de exemplos de vitalidade, resistência e bom humor [PTI].

Vê-se então a pesca como uma forma de atividade excelente para pessoas que, dispondo de tempo e sem grandes esforços, procuram, em contato com a natureza, relaxar suas tensões, conviver com outras pessoas, inclusive, participando junto com familiares, de momentos de descontração e alegria.

Castellani (1997) em seu artigo *O segredo da eterna Juventude*, assegura que:

“Juventude é estado de espírito. O segredo não está no controle, mas na espontaneidade de uma alma ativa. A juventude não está ligada puramente ao tempo. Ela está ligada à maneira como vivemos e desfrutamos o cotidiano. Não há como simular juventude física se já estivermos velhos por dentro. Poderemos sim cultivar alegria, otimismo, bom humor, disposição, determinação, em prol de uma vida repleta de dinamismo e bem estar.”

O autor afirma, que não adianta tentar frear os acontecimentos, evitar a transformação de um processo de amadurecimento. O que importa é viver intensamente todo este processo, utilizando o tempo como meio de aprendizagem e crescimento, descobrindo na felicidade e paz de espírito o verdadeiro segredo da eterna juventude.

Têm-se então que não existe eterna juventude, existem sim possibilidades de se viver melhor. O lazer, o bom humor, a alimentação equilibrada, exercícios físicos, conservação da saúde mental, a religiosidade e a maneira com que se encara o dia-a-dia são fundamentais para a qualidade

de vida que se almeja. Tais comportamentos são importantes em todas as fases da vida, e como não poderia deixar de ser na terceira idade onde é tão pouco incentivado ou praticado.

2.11 Qualidade de vida

2.11.1 Conceito de Qualidade de Vida

Em Fleck (1988) tem-se que a expressão qualidade de vida foi empregada pela primeira vez pelo presidente dos Estados Unidos, Lyndon Johnson em 1964 ao declarar que "os objetivos não podem ser medidos através do balanço dos bancos. Eles só podem ser medidos através da qualidade de vida que proporcionam às pessoas."

O interesse em conceitos como padrão de vida e qualidade de vida foi inicialmente partilhado por cientistas sociais, filósofos e políticos. O crescente desenvolvimento tecnológico da Medicina e ciências afins trouxe como uma consequência negativa a sua progressiva desumanização. Assim, a preocupação com o conceito de qualidade de vida refere-se a um movimento dentro das ciências humanas e biológicas no sentido de valorizar parâmetros mais amplos que o controle de sintomas, a diminuição da mortalidade ou o aumento da expectativa de vida (Fleck, 1998).

O significado do termo qualidade de vida, para Nahas (1994) "é vago, leva a concepções subjetivas conflitantes, devido a vida humana ser complexa, e, ao potencial das pessoas para se auto-realizarem, ser variável. Existem fatores a serem considerados, perspectivas, níveis de vida, oportunidades."

Em [SQV], tem-se a conceituação de qualidade de vida focada na saúde onde "Pela amplitude do conceito, abordar saúde e sua dimensão envolve analisar suas variáveis determinantes, a saber: alimentação, saneamento básico, educação e meio ambiente".

Ainda da mesma fonte pode-se extrair que:

“Há de se considerar ainda, para uma boa saúde e qualidade de vida, a inserção e a integração do homem ao seu entorno social e ambiental. Para que isso ocorra é necessário criar condições que favoreçam o desenvolvimento de todas as suas potencialidades humanas e sua interação com outros seres, através das diversas formas de relações sociais, além dos processos de preservação, regeneração e revitalização dos recursos naturais e ecossistemas.”

No estudo coordenado por Fleck (1988), tem-se que a avaliação de qualidade de vida vem crescendo em importância como medida de avaliação de resultados de tratamento em medicina. A partir da constatação da falta de um instrumento que avaliasse a qualidade de vida e com um enfoque transcultural, a OMS desenvolveu uma metodologia única para sua criação. Inicialmente foi desenvolvido o *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL-100). A necessidade de um instrumento mais curto para uso em extensos estudos epidemiológicos fez com que a OMS desenvolvesse a versão abreviada com 26 questões (o WHOQOL-Bref). Atualmente, estão em desenvolvimento dois módulos: um específico para avaliar qualidade de vida em pacientes com HIV/Aids e outro para avaliar espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais.

A equipe do WHOQOL Brasil acredita que o termo qualidade de vida aplicado na literatura médica não parece ter um significado único. Condições de saúde, funcionamento social e qualidade de vida tem sido utilizados como sinônimos e sugere que a própria definição de qualidade de vida não consta na maioria dos artigos que utilizam ou propõe instrumentos para sua avaliação. Os Conceitos de qualidade de vida relacionada com a saúde e estado subjetivo de saúde são centrados na avaliação subjetiva do paciente, mas segundo Fleck (1998) e sua equipe consideram que:

“qualidade de vida é mais geral e inclui uma variedade potencial maior de condições que podem afetar a percepção do indivíduo, seus sentimentos e comportamentos relacionados com o seu funcionamento

diário, incluindo, mas não se limitando, à saúde e às intervenções médicas.”

Com a percepção da medicina de que não bastava acrescentar anos a vida de seus pacientes, mas também que era necessário acrescentar vida aos anos ganhos, a avaliação da qualidade de vida foi acrescentada nos ensaios clínicos randomizados como a terceira dimensão a ser avaliada, além da eficácia (modificação da doença pelo efeito da droga) e da segurança (reação adversa a drogas). A oncologia foi a especialidade que, por excelência, se viu confrontada com a necessidade de avaliar as condições de vida dos pacientes que tinham sua sobrevida aumentada com os tratamentos propostos (Fleck, 1998).

De acordo com pesquisa realizada pelo Departamento de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, versão em português dos Instrumentos de Avaliação de Qualidade de Vida (WHOQOL) 1998, considera que embora não haja um consenso a respeito do avaliação de qualidade de vida, três aspectos fundamentais referentes ao construto qualidade de vida sendo eles: a subjetividade, a multidimensionalidade e a presença de dimensões positivas (p.ex. mobilidade) e negativas (p.ex. dor).

Assim sendo em Fleck (1998) tem-se a definição da OMS para qualidade de vida como:

"a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações baseada em 6 domínios: domínio físico, domínio psicológico, nível de independência, relações sociais, meio-ambiente e espiritualidade / religião / crenças pessoais se limitando, à sua condição de saúde e às intervenções médicas.”

2.11.2 Instrumentos de Medida de Qualidade de Vida

De acordo com Fleck (1998), houve na última década uma proliferação de instrumentos de avaliação de qualidade de vida e afins, a maioria desenvolvidos nos Estados Unidos. Houve então, um crescente interesse em traduzi-los para aplicação em outras culturas. A aplicação transcultural através da tradução de qualquer instrumento de avaliação é um tema controverso. Há críticas a possibilidade de que o conceito de qualidade de vida possa ser não-ligado a cultura. Por outro lado, em um nível abstrato, por outro lado, há quem acredite que exista um *universal cultural* de qualidade de vida, isto é, que independente de nação, cultura ou época, é importante que as pessoas se sintam bem psicologicamente, possuam boas condições físicas e sintam-se socialmente integradas e funcionalmente competentes.

A busca de um instrumento que avaliasse qualidade de vida dentro de uma perspectiva genuinamente fez com que a Organização Mundial da Saúde organizasse um projeto colaborativo multicêntrico. O resultado deste projeto foi a elaboração do WHOQOL-100 onde o número do título do projeto representa os 100 itens pesquisados, entre os classificados como domínios e sub-domínios. Assim, em Fleck (1998) tem-se os domínios pesquisados:

I - Domínio físico: Dor e desconforto, Energia e fadiga, Sono e repouso.

II - Domínio psicológico: Sentimentos positivos, Pensar, aprender, memória e concentração, Auto-estima, Imagem corporal e aparência, Sentimentos negativos.

III - Nível de Independência: Mobilidade, Atividades da vida cotidiana, Dependência de medicação ou de tratamentos, Capacidade de trabalho.

IV - Relações sociais: Relações pessoais, Suporte (Apoio) social, Atividade sexual.

V- Ambiente: Segurança física e proteção, Ambiente no lar, Recursos financeiros, Cuidados de saúde e sociais (disponibilidade e qualidade), Oportunidades de adquirir novas informações e habilidades, Participação em, e oportunidades de recreação/lazer, Ambiente físico (poluição, ruído, trânsito e clima), Transporte.

VI- Aspectos espirituais/Religião/Crenças pessoais: espirituais, Religião, Crenças pessoais.

O Estudo realizado pela OMS tem importância impar na tentativa de se definir o que é qualidade de vida bem como a determinação de instrumento que se possa usar para quantificá-la, no entanto a autora tratou, nesta dissertação, apenas de referi-lo sem no entanto aprofundar-se no instrumental desenvolvido, visto que este, por si só já é tema bastante vasto e complexo. Contudo o exposto denota a importância e o esforço da sociedade internacional, onde pode-se incluir o Brasil, em determinar, qualificar e quantificar a qualidade de vida para toda a população atingindo todas as esferas sociais e como não poderia deixar de se o idoso.

3 METODOLOGIA

Quando se propôs a estudar a qualidade de vida do idoso e sua relação com o trabalho, escolheu-se a abordagem qualitativa, por entender-se que através dela poder-se-ia perceber os sentimentos e o significado das ações e relações humanas presentes, nos pontos em estudo, no momento da vida de um indivíduo que está passando por transformações físicas, emocionais e sociais.

Priorizar a pesquisa e não se preocupar em demasia com a comprovação de teorias, justifica-se pela posição de nomes exponenciais na área de ciências sociais. A pesquisa como eixo central de estudo pode se justificar a si mesma (Touraine, 1993).

Reforçando esta idéia Minayo (1994) diz que abordar quantitativamente os sujeitos sociais, que por sua vez detém os atributos que se pretende conhecer, faz com que se perca muito do significado destes atributos.

Este estudo é de natureza mais exploratória do que descritiva e, como a própria nomenclatura sugere, estamos nos referindo àqueles que pretendem explorar e analisar fatos e fenômenos da realidade escolhida e delimitada.

Em (Ruiz, 1996 p.90) tem-se:

“Conhecer e pensar colocam o universo ao nosso alcance e lhe dá o sentido, finalidade razão de ser. O homem é o ser verdadeiro, o olho que vê o mundo. Vê e conhece, conhece o que vê e pensa no que viu e no que não viu, conhece e pensa, pensa e interpreta. Os animais conhecem as coisas; o Homem, além disso, investigam-lhe as causas. Os animais só conhecem por via sensorial, o Homem conhece e pensa, elabora o material de seus conhecimentos”

O presente trabalho tem, dentro da caracterização da pesquisa, natureza básica por ter como objetivo gerar novos conhecimentos sem aplicação prática prevista, visando somente verdades e interesses universais. Com uma

abordagem qualitativa do problema, traz a visão subjetiva do sujeito de modo a não traduzir em números.

Tem um caráter mais exploratório do que demonstrativo justificada por Santos (1999, p.26):

“Explorar é tipicamente a primeira aproximação de um tema e visa criar maior familiaridade em relação a um fato ou fenômeno. Quase sempre busca-se essa familiaridade pela prospecção de materiais que possam informar ao pesquisador a real importância do problema, o estágio em que se encontram as informações já disponíveis a respeito do assunto, e até mesmo, revelar ao pesquisador novas fontes de informação.”

E quanto ao procedimento técnico caracteriza-se como levantamento pois, segundo Santos (1999 p.28), “busca informações diretamente com um grupo de interesse a respeito dos dados que se deseja obter.”

A aplicação de questionários, justifica-se por Richardson (1989, p. 142) onde “Geralmente, os questionários cumprem pelo menos duas funções: descrever as características e medir determinadas variáveis de um grupo social”

Dentro da aplicação dos questionários, estes foram utilizados de forma intercalada entre questionário aberto, em uma primeira etapa, fechado na segunda etapa e novamente aberto na terceira e última etapa. A escolha por este tipo de utilização da ferramenta justifica-se por extrair as vantagens que cada método poderia proporcionar para o resultado final da pesquisa. Onde o questionário aberto, segundo Richardson (1989, p. 144 - 145) diz que “O pesquisador não está interessado em antecipar as respostas, deseja uma maior elaboração das opiniões do entrevistado”. Por outro lado o questionário de perguntas fechadas, determina que “O entrevistado deve responder a alternativa que mais se ajusta às suas características, idéias ou sentimentos.”

O motivo pelo qual a autora optou por utilizar a estratégia de intercalar questionários com perguntas abertas, fechadas e abertas, justifica-se pelo fato de que, num primeiro momento, perguntas abertas, segundo Richardson (1989, p.147) “deve ser utilizada quando o pesquisador deseja realizar determinado assunto mas não está familiarizado com a população a ser entrevistada e não pode, portanto, antecipar possíveis respostas”. A autora acrescenta o fato de não querer interferir no resultado final desta fase da pesquisa. No momento em que foi utilizado o questionário com perguntas fechadas, se teria uma idéia do ponto de vista dos entrevistados, o que possibilitaria um questionário que se adequasse ao máximo ao perfil dos entrevistados. Com isso seria possível delinear os fatores preponderantes, segundo os entrevistados, para que estes gozassem de uma boa qualidade de vida. Para finalizar a pesquisa, novamente foi utilizado o questionário aberto, agora com o objetivo de estabelecer qual a visão do entrevistado sobre a importância do trabalho (terapia ocupacional) e o seu ambiente ideal.

A crise de valores pela qual passa a sociedade, a indefinição do atual momento e a necessidade de novos paradigmas provoca ansiedade e modificações no comportamento das pessoas e, conseqüentemente, nas organizações. Estas passam por profundas mudanças diante de um contexto altamente competitivo em que se busca uma nova forma de atuar, seja pela modificação no sistema de gestão, seja pela modificação no ambiente no qual estão inseridas.

As transformações organizacionais tornaram-se necessárias para a flexibilidade e adaptabilidade das empresas confrontadas por esse ambiente de mudanças e é através desses processos que se modernizam, que passam a ser consideradas organizações de aprendizagem, que passam a trabalhar em grupo mas que, em essência, continuam a ser espaços de pouca liberdade, onde não há lugar para a criatura humana em toda sua plenitude.

A teoria nos traz modelos que, na sua maioria, são inviáveis na prática uma vez que tendem a reduzir o homem a uma variável previsível, a um *recurso*, a um meio e não um fim da organização.

O estudo parte de questão ampla, envolvendo a obtenção de dados descritivos, buscando a compreensão dos fenômenos segundo a perspectiva do sujeito, na situação em estudo.

3.1 História do Grupo de Terceira Idade Amor e Carinho

No decorrer do ano de 1987, a psicóloga do sistema público de saúde municipal de Santa Terezinha de Itaipu - Pr, com a função de atender os pacientes com problemas psíquicos, juntamente com a agente social, constataram que, apesar de se tratar de um município novo e com número pequeno de habitantes, era elevado o número de pessoas idosas encaminhadas para a ajuda psicológica, o que foi unânime a concordância dos médicos presentes na reunião, sobre o problema pois segundo eles, os diagnósticos feitos pelos mesmos e as medicações eram na sua maioria por motivos de insônia, depressão e estresse, e que na sua maioria os medicamentos eram controlados. A partir dessa constatação a agente social em suas visitas fez um levantamento e começou convidar essas pessoas para reuniões, onde trabalhavam com pequenas palestras, ministradas por profissionais de várias áreas. Paralelamente foram introduzidas atividades de recreação, artesanais, culturais e exercícios físicos.

O grupo de Terceira Idade Amor e Carinho foi iniciado em 1988 informalmente, hoje tem sua sede própria que é onde fazem suas atividades.

Pode-se dizer que o grupo é uma Ação Social da prefeitura que foi fundado para atender a complexidade de aspectos que envolvem o envelhecimento, para atuar de acordo com a nova consciência deste estágio da vida humana, e são acompanhados por pessoas da Secretaria da Saúde e

Ação Social e voluntários, que funciona como equipe de apoio e participam das reuniões e de todas as atividades. O grupo tem os seguintes princípios:

- Visão do homem como ser histórico que se realiza no mundo;
- O homem tem a possibilidade de aprender durante toda a sua existência;
- A valorização da pessoa idosa concretiza-se no reconhecimento de seu potencial e no incentivo ao seu engajamento responsável e participante na sociedade;

O idoso, despertado para uma ação renovadora, é o agente por excelência para colaborar no equacionamento das questões sociais brasileiras.

O grupo de apoio tem como objetivos:

- Assessorar, ampliar e sistematizar o conhecimento da questão social da velhice;
- Divulgar e desenvolver ações, promovendo intercâmbio dos idosos do grupo, com grupos de idosos de outros municípios.
- Criar e manter cursos de formação nas diversas áreas de interesse do grupo.
- Apoiar a Associação dos Aposentados vinculada à Associação Nacional. Essa tendo como objetivo, o de reivindicar melhorias para a classe e empenhar-se para uma política de resgate do papel do idoso na sociedade brasileira.

O grupo Terceira Idade Amor e Carinho mantém semanalmente atividades interdisciplinares de coral, liturgia, com celebrações especiais rememorando datas importantes. Uma tarde dançante, com música ao vivo, ginástica com acompanhamento de profissional especializado. Uma vez por mês fazem passeios de intercâmbio com grupos de terceira idade da região, e anualmente tem um baile com a escolha da *Miss Idosa* local, e a vencedora

participa de concursos regionais na mesma categoria. No mês de Julho em Comemoração ao Dia do Vovô eles participam de gincana cultural desportiva.

Os encontros e palestras objetivam promover o desenvolvimento, a integração social e comunitária das pessoas da terceira idade, através da reprodução e qualificação do conhecimento disponível e da estimulação da criação de novos conhecimentos. Oferecendo aos integrantes possibilidades de autoconhecimento, redescoberta de poder pessoal, vivenciar intimidade e compartilhamento de emoções, reconhecimento e aceitação de seus próprios limites e dos limites dos outros, despertar o autocuidado e responsabilidade por seu próprio crescimento, oportunizar aos participantes do grupo espaço para libertarem-se de dependências, assumir sua identidade dentro e fora do grupo, exercitar escolhas e construir soluções e motivar os participantes a criarem novos vínculos afetivos, dentro e fora do grupo.

As tardes dançantes propiciam encontro de amigos, e tem por objetivo propiciar as pessoas, com mais de 50 anos, um espaço para fazer novas amizades ou solidificar laços, através de uma comunicação real.

Na área da saúde, realizada através de agendamento de consultas com encaminhamento, caso necessário, para as especialidades, visando uma prioridade da clientela idosa, buscando a adoção de medidas inovadoras ou de adaptação para a segurança e facilidade no tratamento e cuidado de pacientes idosos.

A ginástica e aeróbica para a terceira idade, realizada por profissionais habilitados por intermédio da ação social, que objetiva ocupar pessoas de mais de 50 anos em suas horas livres, com a participação ativa, criativa e produtiva, ampliando seu grande conhecimento nessa área e conscientizando-os da importância dessas atividades para sua saúde e vida comunitária.

Na dança folclórica do grupo terceira idade, realizada, tendo por objetivo, preservar e divulgar as danças típicas, enriquecendo o patrimônio artístico e cultural nacional, paranaense e regional, e ainda as apresentações destas

danças em escolas e outros eventos sociais, oportunizando ao grupo o convívio social amplo.

Há ainda, a realização de gincanas colocando o idoso frente ao terceiro milênio, favorecendo seu engajamento na cidadania, tornando-o ativo e participativo.

Em um momento histórico ocorrido em outubro de 2001 passou a ter sua própria diretoria, contando com 382 pessoas cadastradas e outras como visitantes, e nesta data sua denominação passou a ser *Grupo Maturidade Amor e Carinho*.

Estas idéias apontam para uma direção positiva, onde se acredita na capacidade do ser humano de construir sua felicidade. Valorizar o homem, acreditar nele, respeitá-lo em qualquer idade, parece ser a chave que abrirá as portas para uma sociedade melhor.

3.2 Caracterização da População e Definição da Amostra

O conjunto total de elementos (indivíduos) com características comuns sobre o qual se faz um estudo estatístico recebe a denominação de população ou universo. A amostra pode ser definida como um subconjunto da população, através do qual se forma um juízo sobre as características de todo o universo (Toledo, 1985). A amostra foi aleatória simples. Para Kazmier (1982, p. 125), uma amostra aleatória pode ser obtida “por um procedimento tal que cada elemento da população tenha uma probabilidade conhecida de ser escolhido e que não possua nenhuma fonte conhecida de erro sistemático.” Desta forma, utilizou-se a técnica proposta pelo autor de escolha dos membros do grupo em estudo ao acaso, a partir da voluntariedade das pessoas que participam do grupo.

A definição pelo tamanho da amostra foi feita com base no Teorema do Limite Central, definido por Kasmier (1982, p. 127): “À medida que se aumenta

o tamanho da amostra, a distribuição da amostragem da média se aproxima da forma da distribuição normal, qualquer que seja a forma da distribuição da população.” É importante salientar que para o autor, uma amostra expressiva deve possuir no mínimo 30 elementos do universo pesquisado.

Para identificação do respondente do questionário, foram solicitados os seguintes dados: nome, idade, sexo, estado civil, ocupação atual, descendência, endereço, escolaridade e se recebia algum benefício previdenciário. O questionário foi aplicado em agosto de 2001, a uma amostra de 38 pessoas selecionada preservando as características do grupo. Esta amostra corresponde a aproximadamente 10% da população pesquisada, levando-se em conta as características a seguir: Dos pesquisados 12 do sexo masculino e 26 do sexo feminino. Dos sujeitos, 31 eram aposentados e 7 não recebem proventos da previdência. Quanto à faixa etária, havia 4 pessoas na faixa dos 55 a 59 anos, 6 pessoas na faixa dos 60 a 65 anos, 14 pessoas na faixa dos 66 a 69 anos, 14 pessoas na faixa etária de 70 anos a cima.

Para melhor ilustrar as características da amostra pesquisada, nas páginas a seguir, tem-se tabelas e gráficos dos perfis dos pesquisados:

Tabela 4: Amostra por Faixa Etária

55 a 59	60 a 65	66 a 69	De 70 a cima
4	6	14	14

Figura 3: Amostra por Faixa Etária

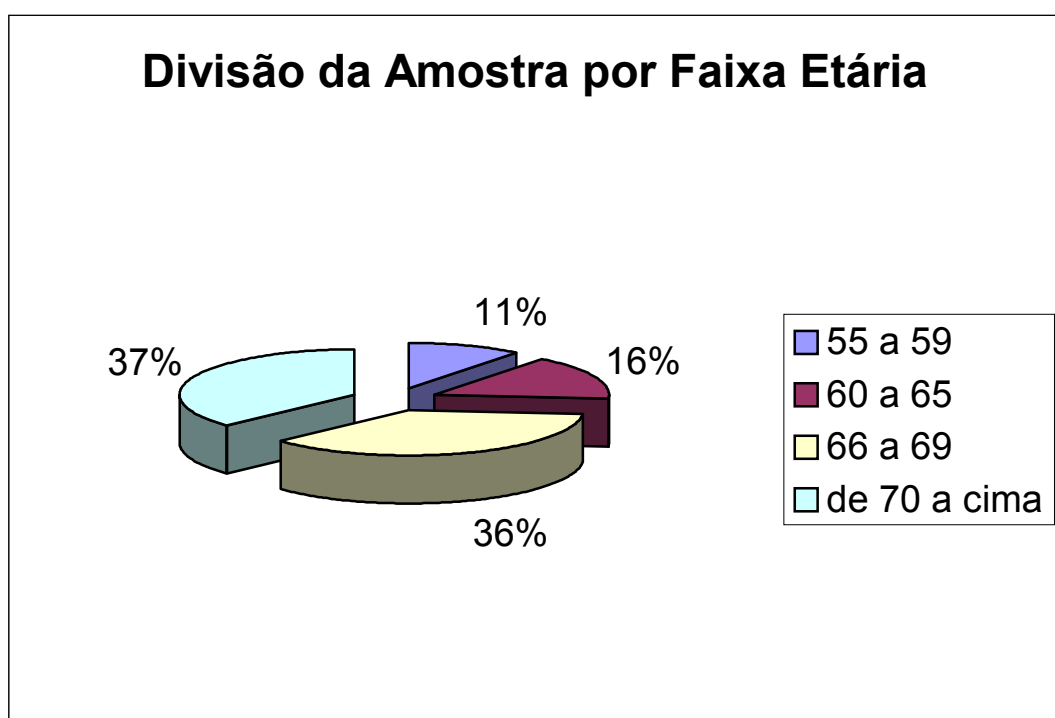


Tabela 5: Amostra por Grau de escolaridade

Analfabeto	1º grau incompleto	1º grau completo	2º grau incompleto	2º grau completo	Superior completo
3	26	5	1	2	1

Figura 4: Amostra por Grau de Escolaridade

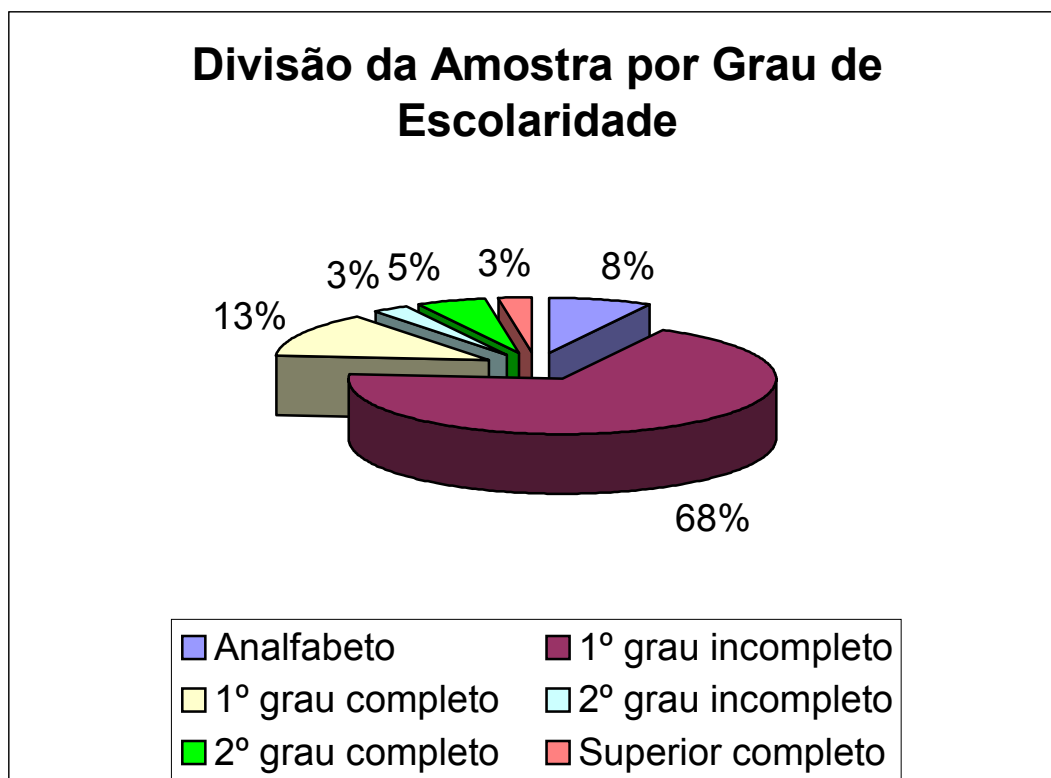


Tabela 6: Amostra por Estado Civil

Casados	Viúvos	Separados	2ª União
23	13	0	2

Figura 5: Amostra por Estado Civil

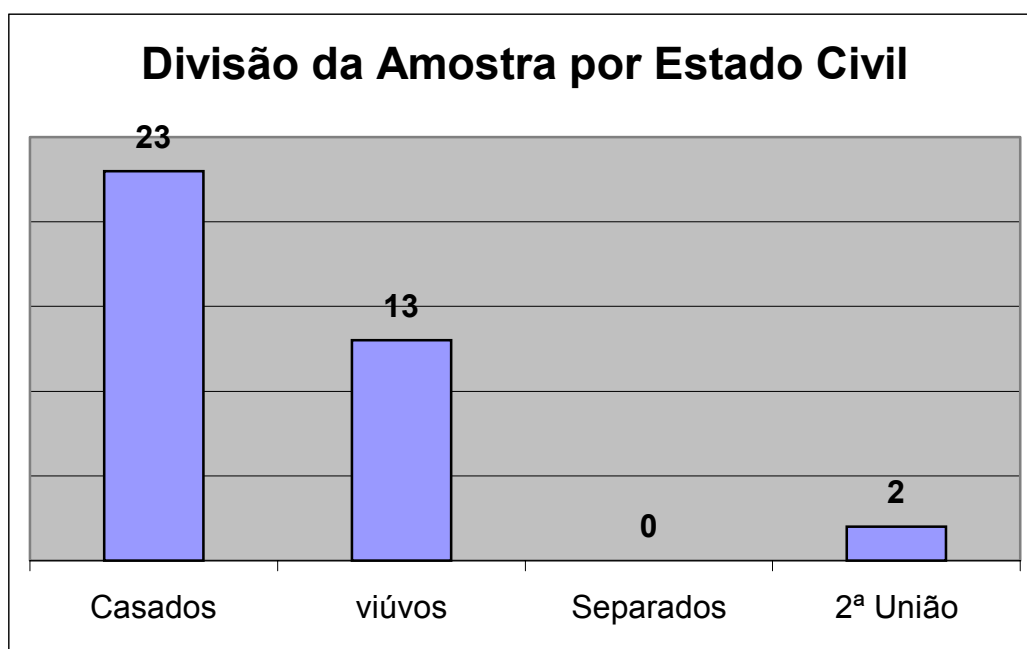
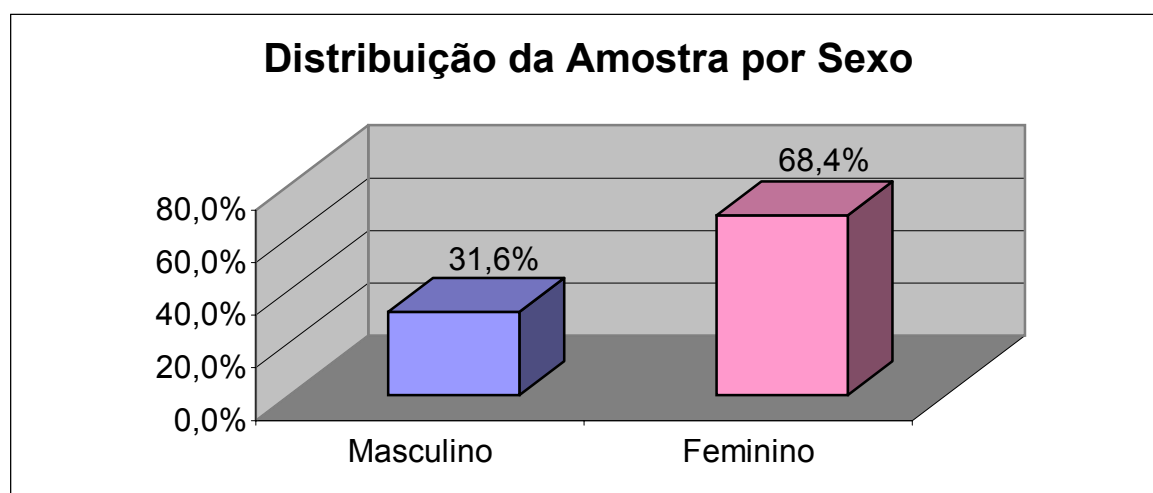


Tabela 7: Amostra por Sexo

Masculino	Feminino
12	26

Figura 6: Amostra por Sexo



Essa população foi escolhida porque existia, nessas pessoas, uma motivação para a participação, e também, pela facilidade que a autora possuía em encontrá-los, uma vez que trabalhava com esse grupo. E por estarem, aparentemente, interessados em desfrutar de boa qualidade de vida, tanto social, quanto biológica e psicológica.

3.3 Aplicação da Metodologia no Grupo 3ª Idade Amor e Carinho

Em junho de 2000 distribuiu-se aos integrantes do Grupo de Terceira idade Amor e Carinho de Santa Terezinha de Itaipu - Pr, uma folha com a pergunta que buscava referenciais para elaboração do questionário piloto: O Que Você Considera uma Boa Qualidade de Vida na Velhice?.

Com base nas respostas à pergunta acima, foi formulado um instrumento piloto, composto de 2 folhas. Na primeira, dados de identificação e as instruções de como deveriam assinalar os itens contidos na segunda folha, que é formada por quatro colunas, cada uma delas com enunciados diferentes. Os enunciados de cada coluna foram os seguintes:

Enunciado da primeira coluna: Dos 46 itens enumerados, faça um X nos 23 itens que você considera prioritários para viver com qualidade na 3ª idade.

Enunciado da segunda coluna: Dos 23 itens que você escolheu na coluna anterior, assinale os 16 principais para que a 3ª idade possa ser vivida com boa qualidade.

Enunciado da terceira coluna: Dos 16 itens que você escolheu anteriormente, assinale os 8 mais importantes para que você tenha uma boa qualidade de vida na 3ª idade.

Enunciado da quarta coluna: Agora, dos 8 itens que você assinalou, enumere por ordem de prioridade os 5 itens sem os quais seria impossível ter uma boa qualidade de vida na 3ª idade.

No rodapé da página foi feita a seguinte observação: Caso haja empate de prioridade, coloque os dois itens no mesmo número de ordem, porém, não ultrapasse o total de 5.

Os itens que deveriam ser assinalados nas 4 colunas por eliminatória foram:

Ser atualizado; ser amado; morar bem; buscar novos inter-relacionamentos; ter o carinho da família; ser independente; possuir bom humor; amar; ter fé; ter sonhos realizados; fazer viagens, passeios; ter novos objetivos a alcançar; viver com sabedoria; gozar de boa saúde física e mental; ter harmonia e equilíbrio; ter amigos; possuir estabilidade econômica; fazer o que gosta; sentir-se realizado; fazer exercícios diários, ginástica; saber que deixou frutos (não passou em vão); trabalhar; ter aposentadoria decente; receber visitas; ocupar-se com alguma atividade; possuir bens que possam ser usufruídos; sentir-se útil para as outras pessoas; ter moradia própria; contar com um plano de saúde; participar da vida comunitária; viver intensamente; gostar de si; estar de bem consigo mesmo; sentir plenitude; ter opções a fazer; viver de “sombra e água fresca”; ter experiência; não ser um peso para a família; ser participativo(a); ser consciente da idade; ter uma vida alegre; dançar; ler; aceitar as limitações; ter humildade; levar a vida como nas fases anteriores.

Em setembro de 2001, após a tabulação de dados e análise dos resultados, foi montado o instrumento de pesquisa desse estudo. O mesmo, constou de um questionário com cinco questões abertas, feitas ao mesmo grupo. Sendo elas:

1. Para ter boa qualidade de vida, você considera importante trabalhar na terceira idade?
2. Se a resposta anterior foi positiva, qual seria o número de horas ideal para esse trabalho?

3. Quais os principais requisitos que esse local deve possuir (ambiente físico)?
4. Cite as três principais exigências sociais para que ele se desenvolva prazerosamente:
5. Como você imagina que se sentiria se isso já fosse realidade?

Este instrumento foi aplicado à mesma amostra das fases anteriores.

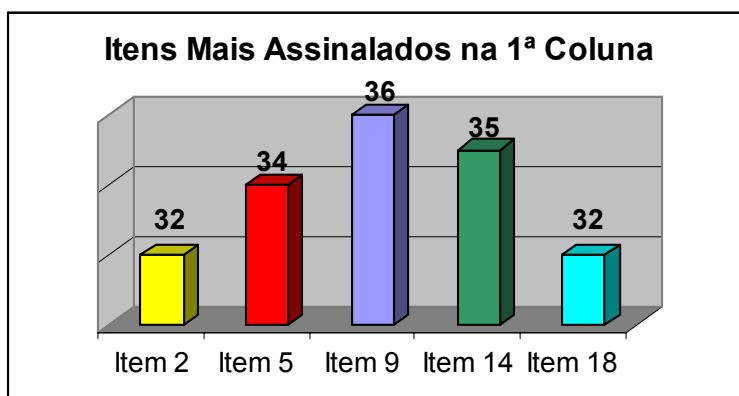
3.4 Análise e Interpretação dos Dados

Na tabela que se encontra no anexo 6.3, são apresentados os resultados do questionário da segunda fase da pesquisa, em suas quatro etapas (1ª, 2ª, 3ª e 4ª colunas), demonstrando primeiramente os resultados em números absolutos e posteriormente em porcentagem.

Cabe salientar que, os 46 itens que constam do questionário da segunda fase foram elaborados com base nas respostas colhidas na pergunta feita na primeira fase da pesquisa.

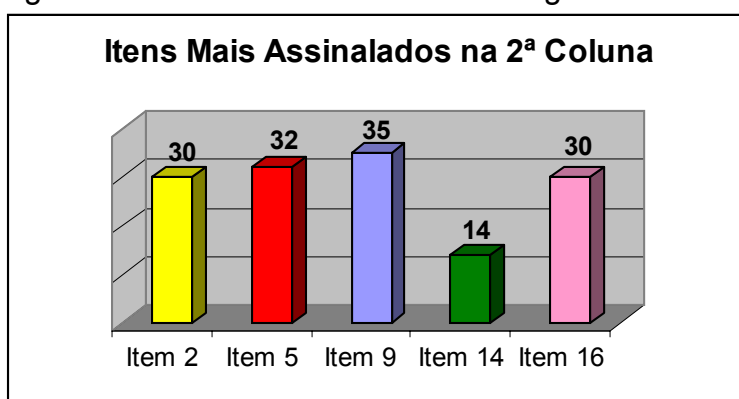
Fazendo-se uma análise preliminar pode-se chegar a ponto de afirmar que os itens oferecidos obtiveram atenção do entrevistado, já que todos, em alguma das fases foram selecionados por algum dos pesquisados. Isso demonstra a sintonia da ferramenta utilizado com a população pesquisada.

Figura 7: Itens mais assinalados na primeira coluna



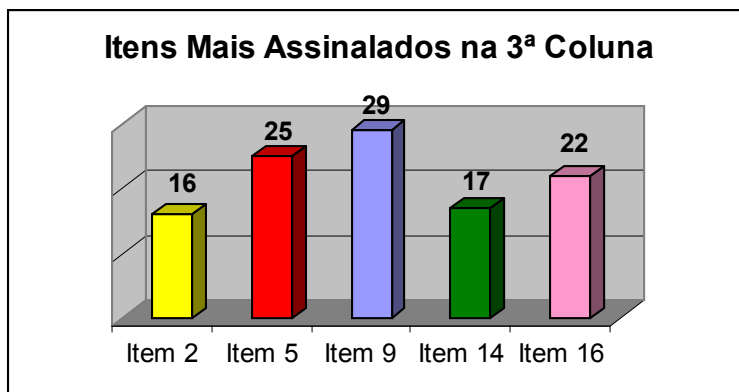
Agora, analisando o comportamento dos entrevistados na primeira coluna vê-se que os itens mais votados (pela ordem: 9, 14, 5, 2 e 18), denotam uma preocupação mais acentuada nas condições que trariam maior conforto nos campos espiritual, afetivo e de bem estar, dando menor importância a temas que tragam uma relação direta com trabalho, mas sim com ergonomia aplicada a qualidade de vida.

Figura 8: Itens mais assinalados na segunda coluna



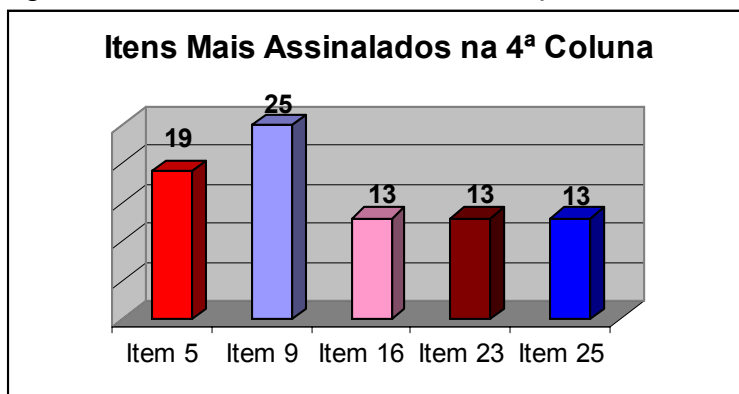
Analisando a segunda coluna, os itens mais mencionados pelos entrevistados permanecem praticamente os mesmos da primeira, havendo no entanto uma flexibilização no grau de importância dos mesmos. Há ainda a inclusão de um item que não se classificara na primeira coluna, embora tivesse obtido boa quantificação. Percebe-se aqui que este item trata da necessidade do entrevistado de fazer parte de um grupo (ter amigos), denotando a falta que o fato de não estar mais inserido dentro de um grupo social economicamente ativo ou produtivo o deixa fora do convívio social ao qual ele pertencia.

Figura 9: Itens mais assinalados na terceira coluna



Observa-se agora o comportamento da amostra na terceira coluna. Novamente os itens mais assinalados permanecem os mesmos, sem a entrada ou saída de nenhum deles, vê-se no entanto que a medida em que se afunilam as opções, aumenta a importância dada aos itens que fazem referência à necessidade de se atingir um *status* perdido dentro da sociedade.

Figura 10: Itens mais assinalados na quarta coluna



Analisando-se a quarta e última coluna, levando-se em conta os itens mais assinalados, vê-se uma virada. Itens que fazem referência à subsistência e a atividade produtiva, passam a ter peso maior no conceito dos entrevistados, o que demonstra a preocupação em manter um padrão de vida condizente e a necessidade ou desejo de voltar a exercer uma atividade produtiva.

A tabela que se encontra no anexo 6.5, trata da tabulação dos dados da quarta coluna do questionário aplicado, segundo o grau de prioridade dado pelos entrevistados. Desta forma, têm-se os itens enumerados, a quantidade de vezes em que eles aparecem em primeiro, segundo, terceiro, quarto e quinto lugares no questionário, seu multiplicador, onde o primeiro lugar recebe o multiplicador cinco, o segundo o multiplicador quatro, o terceiro o multiplicador três, o quarto o multiplicador dois e o quinto o multiplicador um, e na ultima coluna tem-se a classificação por ordem dos que obtiveram as melhores classificações seguindo a classificação utilizando-se a média ponderada.

Para maior clareza tem-se um breve comentário a respeito da média ponderada ou média aritmética ponderada onde às vezes, é importante atribuir-se pesos diferenciados a cada valor, para o cálculo da média e, neste caso, a média recebe o nome de média ponderada.

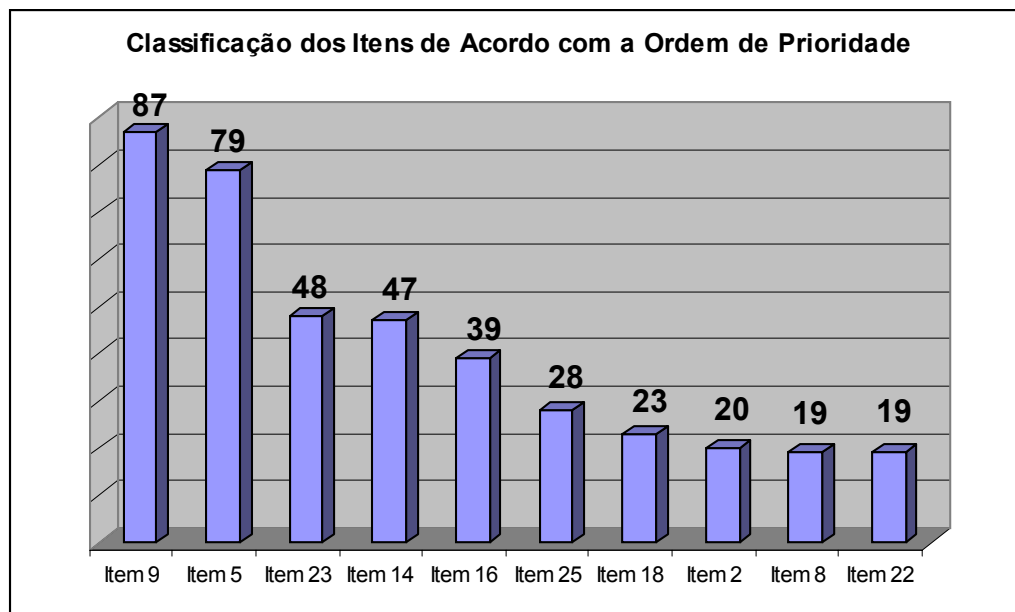
Assim, dados n valores $x_1, x_2, x_3, \dots, x_n$ aos quais são atribuídos os pesos $k_1, k_2, k_3, \dots, k_n$ respectivamente, a média ponderada destes n valores será dada por:

$$M_p = (x_1.k_1 + x_2.k_2 + x_3.k_3 + \dots x_n.k_n) / (k_1 + k_2 + k_3 + \dots + k_n)$$

Tabela 8: Demonstração numérica e da MP dos 10 itens classificados

Class.	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º
Item	Item 9	Item 5	Item 23	Item 14	Item 16	Item 25	Item 18	Item 2	Item 8	Item 22
Soma	87	79	48	47	39	28	23	20	19	19
MP	5,8	5,267	3,2	3,133	2,6	1,867	1,533	1,333	1,2667	1,2667

Figura 11: Classificação dos itens de acordo com a ordem de prioridade



Agora, observando-se novamente a quarta coluna do questionário, mas sob a ótica do estabelecimento de prioridade para os itens selecionados, vê-se uma variação no comportamento da amostra. Itens relacionados ao convívio social passam a ter maior importância para o pesquisado, o que denota a necessidade do indivíduo de voltar a fazer parte de um grupo social.

É pertinente observar-se que, nos dez itens que obtiveram mais prioridade para os pesquisados, há uma intercalação entre itens que denotam necessidades espirituais e cognitivas com necessidades de subsistência e de convívio social.

Ao analisar-se os dados acima, onde, ocupar-se de alguma atividade, trabalhar e fazer o que gosta, tem significados semelhantes, e ainda somado ao item ter aposentadoria decente, foi criada a hipótese de que o trabalho poderia contribuir para a felicidade das pessoas e, conseqüentemente, para sua saúde física e mental. Assim sendo foi elaborada a última fase da pesquisa, onde foi elaborado um questionário com cinco questões abertas já citadas na metodologia.

Os resultados obtidos foram:

Na ultima fase da pesquisa, para a primeira questão, Para ter boa qualidade de vida, você considera importante trabalhar na terceira idade? Os participantes, na sua totalidade, responderam que gostariam de trabalhar. As respostas obtidas foram divididas em 5 considerações que são: a) A necessidade de valia b) Considerando o prazer e o Crescimento; c) A ocupação do tempo; d) A Renda; e) Respostas sem Justificativa.

-Para a consideração do grupo “a” necessidade de valia, 11 pessoas justificaram seu sim, apontando o desejo de ser útil, de aprender mais, contribuir com a bagagem de experiência e conhecimentos, preencher o tempo ocioso, aproveitar suas potencialidades, sentem-se ainda capaz de contribuir e ainda consideram bom seus potenciais.

-Para o grupo “b”, nove entrevistados justificaram seu sim considerando a auto-ajuda e o crescimento colocados em forma de prazer e satisfação em contribuir com o trabalho, concentração de experiências, desprendimento, maturidade, pela distração fugindo da solidão e da depressão, ser útil a comunidade exposto em forma de prazer e satisfação pessoal.

No grupo “c” da 1ª questão, quanto à ocupação do tempo, 12 pessoas justificaram suas respostas, atribuindo que ocupado dá a sensação de que o tempo passa mais rápido, é melhor preenchido, que trabalhando está em movimento e com isso há uma melhoria na saúde e no convívio com outras pessoas, na atividade constante mantêm-se atualizado.

No grupo “d” da mesma questão respondida, cinco pessoas justificaram quanto à renda, onde na totalidade atribuíram a necessidade de uma renda adicional que complemente seu ganho, sendo ele salário ou aposentadoria e para contribuir na renda familiar.

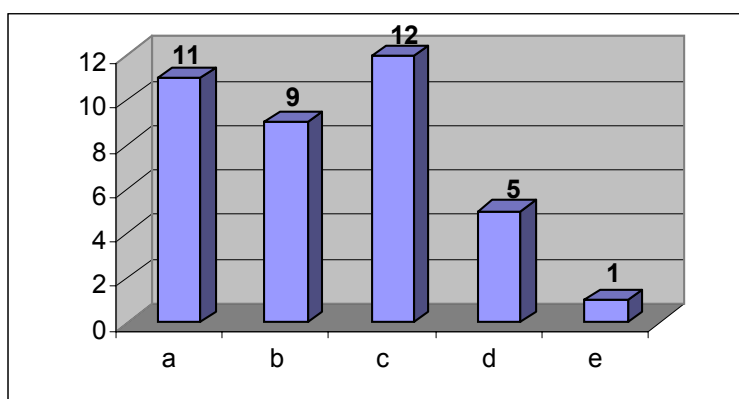
Para o entrevistado que não justificou sua resposta na questão proposta, foi criado o grupo “e” tendo ele respondido somente com um “sim”.

Para melhor ilustrar o acima exposto, tem-se a tabela e o gráfico a seguir, onde “a”, “b”, “c”, “d” e “e”, correspondem respectivamente a necessidades de valia, o prazer e o crescimento, a ocupação do tempo, a renda e respostas sem justificativa.

Tabela 9: Análise da 1ª questão da 3ª fase da pesquisa

A	b	c	d	e	Total
11	9	12	5	1	38
28,95	23,68	31,58	13,16	2,63	100,00

Figura 12: Análise da 1ª questão da 3ª fase da pesquisa



Agora comenta-se os dados acima bem como os tópicos contidos neles, pode-se classificar da seguinte forma: foi considerada em primeiro lugar a ocupação do tempo livre, seguido pela necessidade de valia (sentir-se útil e produtivo), ficando em terceiro lugar o prazer e o crescimento (satisfação pessoal), em quarto lugar ficou a renda (necessidade de ganho adicional) e em quinto os não justificados.

Para a segunda questão, as respostas demonstram que, para a maioria, o trabalho é importante, mas não é tudo, sendo necessário deixar espaço para outras atividades determinando assim qual seria o número de horas ideal para uma atividade produtiva (trabalho).

Quanto ao número de horas de trabalho:

- 41% das pessoas consideram que o horário ideal de trabalho para a Terceira Idade é de 4 horas diárias.
- 19% consideram que 6 h diárias seriam o ideal.
- 15% julgam que 4 a 6 horas diárias seriam o suficiente.
- 9% consideram que deveria ser de 8 h diárias.
- 16% opinaram sobre outros horários ou dias ou períodos alternados.

Quanto a esses percentuais sobre a carga horária ideal para a 3ª idade, deve-se levar em conta também o percentual da idade, onde o índice elevado tem acima de 65 anos.

Quanto ao ambiente físico, terceira questão, foram citados como principais requisitos pelos entrevistados: boa ventilação, segurança, relacionamento profissional agradável, boa iluminação e tranquilidade. Aqui é possível verificar que independente da idade do trabalhador, ou seja, sendo ele um trabalhador iniciante, de meia idade ou, como no caso, de terceira idade, as necessidades básicas, no que se referem ao ambiente de trabalho, são as mesmas.

Ao serem questionados sobre as exigências sociais para que o trabalho se desenvolva prazerosamente, quarta questão, enfatizaram a importância das relações humanas. O que, por sua vez, implica em contato humano prazeroso no ambiente de trabalho. Dentre elas as mais citadas foram as seguintes:

"Respeito e dignidade, ambiente festivo, onde o trabalho fosse realmente um prazer; reuniões; sala de diversão; bom e agradável relacionamento profissional; ajuda mútua e compreensão; contato com pessoas de todas as idades e gerações; liberdade; respeito e aceitação; valorização; compreensão; amizade; espaço que eu me realize profissionalmente e coleguismo."

Novamente observa-se nesta questão que os trabalhadores de idade avançada tem os mesmos anseios sociais e de convívio no trabalho, que os de faixas etárias diferentes.

Na quinta e última questão, ao imaginar-se inserido no ambiente por eles idealizado nas questões anteriores, os participantes da pesquisa manifestaram sentimentos de realização. Para melhor entendimento do exposto pela amostra apresenta-se, a seguir, as respostas mais significativas:

"Muitíssimo feliz; realizada; muito bem; eu me sentiria feliz; haveria mais respeito e educação em todas as camadas sociais e profissionais; menos violência, desconfiança e doenças; envelhecer-se-ia com dignidade; me sentiria otimamente bem e muito segura; muito bem; realizada, e não precisando ajuda de meus filhos; com muito entusiasmo; seria muito gratificante; realizado socialmente; por isso trabalhar para mim, é a coisa mais importante para que eu possa viver melhor e mais feliz, me sentiria viva."

4 CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES

4.1 Conclusões

A população idosa brasileira, assim como mundial, cresce a cada dia. Para a maioria da sociedade a velhice é vista como um período de decadência física e mental. Este é um conceito equivocado, pois muitos cidadãos que chegam a terceira idade, são independentes e produtivos. A decadência existe sim, mas da sociedade que perde por não aproveitar a experiência e sabedoria que o idoso tem a oferecer. Esquecidos por muitos, desvalorizados por alguns, negligenciado por outros, o idoso ainda hoje continua sendo, em geral incompreendido em relação a real grandeza para o desenvolvimento de uma sociedade mais humana, mais harmoniosa e mais justa.

Esse trabalho não tem a intenção de chegar a nenhuma generalização, uma vez que, o que se pretendeu foi uma aproximação maior da realidade do universo compreendido como terceira idade, para coletar dados e informações disponíveis, através de pesquisa empírica, buscando uma sensibilização maior a esta realidade singular, não havendo portanto, um marco teórico específico. Foi Priorizada a pesquisa, não havendo uma preocupação demasiada com a comprovação de teorias.

A principal variável dependente na pesquisa foi à qualidade de vida das pessoas da terceira idade e sua relação com o trabalho (terapia ocupacional), conceitua-la é muito subjetivo, podendo acarretar múltiplas interpretações. Por isso, é praticamente impossível que todas as pessoas que responderam aos questionários o tenham entendido da mesma maneira. O ideal seria que se tivesse feito entrevistas individuais e ou reuniões em grupo para maiores esclarecimentos, o que tornaria o estudo mais dinâmico e aprofundado. Da mesma forma também, em relação ao entendimento de *trabalho* e de *realização*, ficou a dúvida de como as pessoas entenderam a palavra trabalho,

se como realização pessoal, ou como necessidade de sobrevivência econômico-social, ou ainda como terapia ocupacional.

O idoso aposentado, geralmente, sente a necessidade de ser qualificado dentro da sociedade, portanto, deseja voltar a situação de trabalho, uma vez que, hoje o ser qualificado é o trabalhador. Um aspecto a ser considerado é que o desejo de trabalhar pode se sustentar na necessidade da própria sobrevivência ou da manutenção do *status* da qualidade de vida, profundamente afetada pelas aposentadorias, geralmente insuficientes para atender as necessidades de subsistência.

Constatou-se na pesquisa empírica, que o homem, no caso brasileiro, tem dificuldade de exercer seus direitos de cidadania, não teve acesso histórico nem científico de uma consciência coletiva, não aprendeu o hábito do lazer, nem tem condições econômicas para usufruir desta indústria.

Para o caso do idoso, ex-trabalhador, não basta mostrar-lhe que precisa ter consciência política, nem que é preciso que ele reivindique seus direitos, se assim não o fizer, será sempre um alienado. É necessário que ele conheça e exerça o seu direito de cidadania. É preciso que ele se aproprie de métodos, táticas e estratégias específicas para essa reivindicação. Caso contrário, ele pode até se sentir consciente dos seus direitos, mas percebe-se incapaz para mudar. Conseqüentemente, encontra-se novamente em estado de alienação.

A esta situação, uma alternativa consiste, em um processo de transformação social, onde outras atividades, como arte, autoconhecimento ou ainda preparação para a segunda carreira, sejam qualificadas, deixando ao idoso um leque maior de alternativas de resgate a sua dignidade enquanto ser humano, uma vez que, a não produção de bens materiais, não é sinônimo de não fazer nada.

Uma outra possibilidade das pessoas responderem que gostariam de trabalhar, poderia ser o fato de nunca terem experimentado uma vida ativa real, que, no entendimento da autora, se traduz pela ocupação da vida em todos os

sentidos, com pleno exercício da criatividade, vivenciando uma ocupação prazerosa e não apenas trabalho. Talvez se preparando, durante sua vida produtiva, para uma segunda carreira.

Nas respostas, ao questionário aplicado, as pessoas sugerem modificações que leva a autora a questionar se elas não seriam vistas como privilegiadas, e, em caso afirmativo, se estes, não reforçariam os preconceitos já existentes quanto ao idoso.

No que se refere à realização pessoal, também não ficou claro como ela se define aos integrantes da pesquisa, sendo, portanto necessários outros estudos que aprofundem a temática.

Apesar das pessoas pesquisadas, aparentemente, gozarem de boa saúde e estarem bem adaptadas à classe social a que pertencem, esta realidade, não corresponde a da grande maioria das pessoas que hoje estão envelhecendo. O que se percebe é que elas, durante o decorrer de suas vidas se alimentaram inadequadamente, não fazem atividade física, geralmente abusaram do fumo e álcool e não tem condições sócio-econômicas satisfatórias.

Um ponto positivo, e até mesmo surpreendente para a autora foi o fato de que deu-se pelos pesquisados uma importância elevada a fé. Já se tinha idéia de que este tema seria mencionado pelos pesquisados, a surpresa consiste na ênfase dada pelos mesmos. A fé deve ser observada sob vários aspectos, o principal e mais evidente, é sem dúvida a crença em Deus, mas ela significa também a crença no futuro, no que há por vir, na sociedade, no próximo e na própria vida. A fé é um elemento associado a esperança, logo trata-se de fator de motivação, que por sua vez é a principal engrenagem que movimenta a vida do indivíduo.

Uma reflexão se faz necessária sobre que tipo de velhice que nos aguarda, como ficam os não saudáveis que estão envelhecendo e onde a ergonomia poderá contribuir efetivamente. As respostas a este desafio,

poderão vir de fontes variadas. A ciência, com seu desenvolvimento cada vez mais rápido, e portanto mais acentuado, poderá ser capaz de libertar o homem do trabalho como obrigação. Todos poderão trabalhar com satisfação, independente de suas idades. O trabalho não deve ser, no futuro, encarado como uma carga social, mas como ocupação indispensável ao equilíbrio humano. Um trabalho feito para os homens e não homens que devem se adaptar a trabalhos desumanos.

À ergonomia, cabe então, também, preocupar-se em criar condições para que as pessoas cheguem a velhice com mais saúde, pois ela não necessita ocupar-se somente com a situação no trabalho, pode evoluir e aplicar-se a atividades que não são consideradas um trabalho, às condições da atividade do homem. Pois do estudo quantitativo e qualitativo das condições de trabalho na empresa, se chega a ciência do bem-estar. Uma das principais condições a desenvolver, encontra-se em ações educativas no combate a alienação resultante da ausência de visão crítica. Essa ausência impede a percepção da realidade e abafa o potencial de autocrescimento.

Como ponto conclusivo do estudo, tem-se que diante da situação atual na qual se encontra a sociedade, é chegada a hora de se voltar a atenção à temática do novo papel do cidadão de terceira idade na sociedade contemporânea, onde, como antes, este indivíduo já ocupou diferentes papéis de acordo com a época e cultura em que estava inserido. Agora seu papel, ao que tudo indica, nos remete a visão de uma pessoa com potenciais a serem explorados e necessidades a serem supridas. A urgência se justifica no fato do contínuo aumento desta população e como confirma as previsões dos órgãos oficiais, a sua tendência de ocupar uma parcela ainda maior em nossa sociedade. Diante do panorama que se apresenta, a sociedade como um todo, compreendido como sendo os órgãos governamentais e não governamentais e também toda a sociedade organizada, precisam dispor de esforço na tentativa de equacionar o problema crescente, que é o papel do cidadão que ingressa na terceira idade. Ou isso, ou então, ter-se-á no futuro não muito distante, a

possibilidade de se ter mais um grande problema social e econômico a ser solucionado.

4.2 Recomendações Para Trabalhos Futuros

Após a realização deste trabalho a autora pode vislumbrar novas possibilidades de aprimoramento nos instrumentos de pesquisa de modo a explorar melhor o tema aqui discutido. Assim sendo, é perfeitamente possível fazer algumas indicações aos futuros pesquisadores que desejam estudar e se aprimorar melhor a respeito deste assunto a fim de lhes proporcionar maior grau de eficiência em suas pesquisas. Portanto ficam aqui registradas algumas recomendações.

- Aplicar o instrumento em pessoas jovens, que serão os velhos de amanhã, com a finalidade de saber se eles tomam cuidados com a saúde em todos os aspectos, para que garantam uma melhor qualidade de vida presente e futura.
- Aplicar esse instrumento da pesquisa em outros grupos de terceira idade, de diferentes níveis sócio-culturais.
- Determinar critérios capazes de definir características do idoso para desenhar o tipo de trabalho mais adequado ao mesmo.
- Estabelecer estudos preliminares que aponte caminhos, que por sua vez, traduzam em novos padrões ergonômicos condizentes com os anseios do trabalhador de terceira idade.
- Verificar através de pesquisas, como o idoso se comporta atualmente diante de mudanças, tendo em vista que o senso comum atribui ao idoso um comportamento conservador, sejam elas no que se referem a trabalho ou até mesmo comportamento social.

5 FONTES BIBLIOGRÁFICAS

5.1 Bibliografia Referenciada

ANTUNES, Hanna Karen. **Vida Longa para a Memória**. Disponível em: <<http://www.uol.com.br/revistasauade/longevid/0901/2161.html>>. Acesso em: 18 dez. 2001.

ARIÈS, Philippe. **História Social da Criança e da Família**. Guanabara, Rio de Janeiro: Koogan, 1981.

AZEVEDO, João Roberto. **Os Números da Terceira Idade**. Disponível em: <<http://www.saudevidaonline.com.br/artigo94.htm>>. Acesso em: 16 jul. 2001.

BACH, Clara R. De Oliveira **Eu fiz tudo para ser feliz...**: bem estar entre velhos asilados e não asilados em Florianópolis, SC. Dissertação de Mestrado em Ciências Sociais, UFSC. Florianópolis: 1989.

BARRETO, M.L.F. **Admirável Mundo Velho**. In: _____. Fantasia e Realidade Social. São Paulo: Ática, 1992 p.19

BASBAUM, Leôncio. **Alienação e humanismo**. 4^a ed. São Paulo : Global, 1988. p. 21 e 157.

BERQUÓ, Elza Salvatori. **Algumas considerações demográficas sobre o envelhecimento da população no Brasil**. In: _____. Seminário Internacional Sobre Envelhecimento: uma agenda para o fim do século. Brasília: 1-3 de julho de 1996.

BÍBLIA Sagrada: In: _____. **Gênesis cap. 3 vers. 17 e 19**. São Paulo: Editora Maltesi Ltda, 1962.

BOLSANELLO, Aurélio; BOLSANELLO, Maria Augusta. **Conselho**. In: _____. Análise do Comportamento Humano em Psicologia. Curitiba: Editora Educacional Brasil S. A., 1986, p. 759 a 934.

BUSTAMANTE, Antônio. Apostila do Curso Especialista Superior em Gerontologia Social. SESC/ Universidade De Rio de Janeiro:1996.

CALADO, Natacha Matos. **Animação social para a Terceira Idade – Luxo ou Necessidade?** Disponível em: <<http://www.projectotio.net/lazer/animacao1.html>> Acesso em 12/06/2001.

CASTELLANI, Moacyr. **O Segredo da Eterna Juventude**. Disponível em: <<http://www.castellani.psc.br/interno.php?site=artigos>>. Acesso em: 07 jul. 2001. Publicado no "Estado de Minas", 10/02/1997

DA SILVA, Carlos Eduardo Lins. **Vida aos 90 é mais saudável que aos 80**. Jornal Folha de São Paulo: Edição Paulistana. São Paulo, 28 de Jul. 1996. Cotidiano, p. 3 a 15.

DA SILVA b, Carlos Eduardo Lins. **Medicina leva o homem além dos 100 anos**. Jornal Folha de São Paulo: Edição Nacional. São Paulo, 28 de Jul. 1996. Cotidiano, p. 3 a 9.

[DBE], Disciplinas de Base da Ergonomia. Disponível em: <www.eps.ufsc.br/ergon/disciplinas/>. Acesso em: 15 set. 2001.

DEJOURS, C. **O fator humano**. Rio de Janeiro: Editora Fundação Getúlio Vargas, 1997. p. 43.

DIA, João P. Souza . **Existe vida depois da aposentadoria?**. Disponível em: <<http://www.vece.com/apose2.htm>>. Acesso em: 15 mai. 2001.

DOS SANTOS, Neri e FIALHO, Francisco. A. P. **Manual de análise ergonômica no trabalho**. Curitiba: Gênese Editora, 1995. p. 18.

DUARTE, F.J.C.M. **A Análise Ergonômica do Trabalho e a Determinação de Efetivos**: Tese de Doutorado. Rio de Janeiro: COPP/UFRJ, 1994.

[DULP], **Dicionário Universal da Língua Portuguesa**. Disponível em: <<http://www.milenio.com.br/milenio/emcima/dic.html>> Acesso em: 19 dez 2000.

[EFJ], Revista Saúde. **Esporte é Fonte de Juventude**. Disponível em: <<http://www.uol.com.br/revistasauade/ultimasn/index0600.html#>>. Acesso em: 11 set. 2001. Editado em 29 jun 2000.

[EST], **Psico Web – Estresse**. Disponível em: <<http://www.geocities.com/HotSprings/8915/menu.html>>. Acesso em 29 fev. 2000.

FARIA JUNIOR, Alfredo . **Atividades Físicas para a Terceira Idade**. Brasília: Sesi-DN, 1997.

FARIA JUNIOR, Alfredo e MARQUES, Andréa G; KRIEGEL, Regina . **Anais do II Seminário Internacional sobre Atividades Físicas para a Terceira Idade**. Rio de Janeiro: UnATI / UERJ, 1998.

[F.ERGON], Fundamentos da Ergonomia. Disponível em: <http://www.eps.ufsc.br/ergon/disciplinas/EPS5225/aula_1.htm#1.1> Acesso em: 20 out. 2001.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda e J.E.M.M., Editores Ltda Novo **Dicionário da Língua Portuguesa** . Boatafogo: 2ª Edição. Edição Ampliada. Editora Nova Fronteira S/A, 1986.

FIALHO, Francisco A. P., DOS SANTOS, Neri. **A abordagem eco-ergonômica para o problema da Terceira Idade**. In_ XV ENEGEP, João Pessoa. ANAIS, 1994.

FINELLI, Roberto. **As Contradições da Subjetividade**: In:___ Americanismo e Fordismo em Antonio Gramsci. Disponível em: <<http://www.artnet.com.br/gramsci/arquiv192.htm>>. Acesso em: 30 nov.2001.

FINLEY, M. I. **A política no mundo antigo**. São Paulo: Zahar, 1982.

FLECK, Marcelo Pio de Almeida, et al. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Departamento de Psiquiatria e Medicina Legal. **Versão Em Português Dos Instrumentos De Avaliação De Qualidade De Vida (WHOQOL) 1998**. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/psiq/whoqol1.html#1>>. Acesso em: 02 jun. 2001. Publicado em 17 de Ago 1998.

FRANÇA, Sandra Augusto. **Terceira Idade, topografia de uma fronteira**. Disponível em: <www.cnc.pt/pagesbolsa/franca1_por.html>. Acesso em: 15 out. 2001.

[FRE], **Fé religiosa e espiritualidade podem auxiliar na recuperação de viciados. Notícias Agosto 2000**. Disponível em: <<http://www.emedix.com.br/not2000/00ago07apa-rfa-religiao.shtml>> Acesso em: 21 set. 2001 - *Fonte: 108a Convenção Anual da Associação Psicológica Americana, 07/08/2000*

GOFFMAN, Erving. **Estigma**. 3ª ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1980. p.11.

GUILLEVIC, Chistian. **Psychologie du Travail**. Éditions Nathan, 1991.

HEGEL, George Wilhelm Friedrich. **A razão na história**: In:____. Uma introdução geral à filosofia da história. São Paulo: Moraes, 1990.

IBGE. População por sexo, e Total De 65 Anos E Mais/Brasil. Censo 2000. Fonte: IBGE, Censo Demográfico 2000. Disponível em: <http://www.mpas.gov.br/12_01_18.htm>. Acesso em: 115 dez. 2001.

IIDA, I. **Ergonomia**: projeto e produção. São Paulo. Editora Edgard Blücher Ltda., 1990. p. 301.

[JOR], Jornal da Globo, **A nova Família Brasileira**. Disponível em: <www.globo.com/jornaldaglobo>. Acesso em: 20 dez 2001.

Jornal Gazeta Mercantil. **Europa revê o mercado de trabalho para idosos**. 1996.

KASTENBAUM, Robert. **Velhice Anos de Plenitude**. Harper & Row do Brasil. 1979.

KAZMIER, L. J. **Estatística aplicada a economia e administração**. São Paulo. McGraw-Hill do Brasil, 1982. p. 125, 127.

LANNES, Rogério. **Viveremos Séculos! Com Qualidade de Vida?**. Disponível em: <www.unati.uerj.br>. Acesso em: 23 jan. 2002.

MACHADO, C. C. **Projeções Multiregionais de População**. O Caso Brasileiro, (1980 a 2020). Tese de doutorado, apresentada no centro de desenvolvimento e Planejamento Regional. CEDEPLAR. FACE/UFMG. Belo Horizonte MG, 1993.

MAGALHÃES, Dirceu Nogueira. **Invenção da velhice**. Rio de Janeiro: Editora do autor, 1987.

MERINO, Eugenio A. Diaz. **Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção**. In: ___. Apostila de Ergonomia, UFSC. Florianópolis, 2000.

MILANEZ, Adauto Ivo. **Manual Brasil Agrícola**: In:____. A Terra a Planta e o Homem. Vol. 1 São Paulo: ícone Editora LTDA, 1986. p. 7 .

MINAYO, Maria Cecília de Souza. Et al. **Pesquisa Social**. In:____. Teoria, método e criatividade. 7. ed. Petrópolis. Vozes, 1994.

MONTMOLLIN, M. **A ergonomia**. Lisboa : Instituto Piaget, 1990. p. 69.

MORHY, Lauro. **Humanidades**. Brasília: UNB, 1999. p.26 e 27.

NAHAS, Markus. **O conceito de qualidade de vida**. Apostila. Florianópolis: 1994.

NAVARRO, Julio Acosta . **Homem Nasce Para Ser Vegetariano**. Disponível em: <<http://www.uol.com.br/revistasauade/ultimasn/index0700.html#>>. Acesso em: 12 set. 2001. Publicado em: 03 jul. 2000.

NÉRI, Anita Liberalesso. **Psicologia do Envelhecimento**: In:____. Coleção Viva Idade. São Paulo: Papirus, 1995.

NÉRI, Anita Liberalesso (org.). **Qualidade de vida e idade madura**. São Paulo: Papirus, 1993.

NOVAES, Maria Helena. **Conquistas possíveis, rupturas necessárias**. In:____. Psicologia da Terceira Idade. Rio de Janeiro: Nau Editora, 1995.

OLIVEIRA, Lucia Helena. ***Fé que remove doenças***. Revista Saúde. Disponível em: <<http://www.uol.com.br/revistasauade/alternat/corpoeme/1200/2071.html>> Acesso em: 15 set. 2001.

[PEIBP], **População e estimativa de idosos de 1996 a 2025, do Brasil em relação a outros países**. Disponível em: <<http://www.deidade.com.br/>> Acesso em: 15 jun. 2001.

PRAÇA, Alexandre. **Quem Ama a Deus gosta mais de si mesmo**. Revista Saúde. Disponível em: <<http://www.uol.com.br/revistasauade/ultimasn/0801/21422.html>>. Acesso em: 06 out. 2001.

[PTI] **Pesca Na Terceira Idade**. Disponível em: <<http://www.geocities.com/Pipeline/Halfpipe/6910/edit2.htm>> Acesso em: 12 jun. 2001.

PEGN, Revista Pequenas Empresas Grandes Negócios. **Conforto é Lei**. Nau Editora. Revista nº 91 ano VIII Ago de 1996. p. 63.

REVISTA TEMPO. **Estresse inimigo da vitalidade**. nº 37 de julho de 1988, p. 19.

VEJA. João Fábio Caminoto. **A Vitória da média**. 26 de jun. de 1996, p. 114 e 115.

RICHARDSON, R. J. et al. Questionários. In: _____. **Pesquisa Social: métodos e técnicas**. São Paulo. Atlas, 1989. Capítulo 9. p. 142-159.

RODRIGUES, Nara da Costa. **Política Nacional do Idoso - Retrospectiva Histórica**. Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento, Porto Alegre, v.3, 2001, p. 156.

RUIZ, J. A., **Diferentes Modos de Conhecer**: In: _____. Metodologia Científica: Guia para Ciência dos Estudos. 4ª edição. São Paulo: Editora Atlas, 1996. p.90 capítulo 4.

SÁ, Patrícia. **O Idoso No Mercado de Trabalho**. Disponível em: <http://www.drgate.com.br/artigos/textos/to_idosot.html>. Acesso em 13 out. 2001.

SABBI, Eduardo Hostyn, Dr. **Estresse**. Disponível em: <<http://www.drgate.com.br/artigos/textos/stress.htm>>. Acesso em: 31 set. 2001.

SCHROOTS, J e BIRREN, J. **Health and aging**: In:___ Perspectives and prospects . 1990. & A. .(Eds.) . Svanborg. p.146-153.

SAFONS, Marisete Peralta. **Algumas considerações sobre Envelhecimento e Atividade Física**. Disponível em: <http://www.cristaoevangelico.com.br/familia/idosos_algumas_consideracoes.html>. Acesso em: 12 nov.2001.

SALGADO, Marcelo Antonio. **Velhos, Uma Nova Questão Social**. São Paulo: SESC/CET, 2.ed., 1982.

SANTOS, Antônio Raimundo, **Metodologia Científica – A construção do Conhecimento**, 2ª edição, Rio de Janeiro, DP&S Editora 1999. cap. 2. p. 26 a 28.

SILVA, Marco Aurélio Dias, Dr; Marchi, Ricardo De, Dr. **Saúde e qualidade de vida no trabalho**. São Paulo , Ed. Best Seller, 1997, p. 10 e 11.

SOARES, Katerine. - **Sociedade da Melhor Idade**. Disponível em: <http://www.katherinesoares.hpg.ig.com.br/Sociedade/9/index_hpg.html> Acesso em: 22 nov. 2001.

SOUZA, Ana M. G.; BRAGGIO, Márcia E.; VIEIRA, Maria B. **Programa de preparação para a aposentadoria sob um novo enfoque**. Monografia do Curso de Especialização em Gerontologia. NETI. UFSC. Florianópolis, 1995.

SOUZA, Maria de Lourdes Freitas de. **O homem sujeito: educação para a vida na maturidade**. Dissertação de Mestrado do Centro de Educação da UFSC. Florianópolis/1995. Souza ver se essa entrou como Freitas versão anterior

[SQV], **Saúde e Qualidade de vida**. Disponível em: <<http://www.humanitario.com.br/tema2.asp>>. Acesso em: 12 nov. 2001.

TOLEDO, G. L. **Estatística básica**. 2. ed. São Paulo. Atlas, 1985.

TOURAINE, Alain, *Cartas a Uma jovem Socióloga*. Rio de Janeiro. Zahar. 1993.

VARGAS, Heber Soares. **Psicologia do Envelhecimento**. São Paulo: Fundo Editorial Byk-Prociencx., 1983. p. 25, 112 e 125.

VARGAS, Heber Soares. **Psicogeriatría geral**. Guanabara. Koogan, 1994.

Wisner Alain. **Por dentro do Trabalho: ergonomia, método e técnica**. Tradução Flora Maria Gomide Vezzà. São Paulo. FTD/ Aborá, 1987.

Wisner, Alain. **A Inteligência No Trabalho**. In:____. Texto selecionado de Ergonomia: Fundacentro, São Paulo, 1994.

5.2 Bibliografia Consultada

[ABMAE], **Academia Brasileira de Medicina Anti-envelhecimento**. Disponível em: <<http://www.abmae.com.br/default.htm>>. Acesso em: 05/07/01.

BEATTIE, J. **Introdução à Antropologia Social**. São Paulo: Nacional, 1985. p. 42-59.

[CAAPA] **Convenção Anual da Associação Psicológica Americana**. Disponível em: <<http://www.emedix.com.br/not2000/00ago07apa-rfa-religiao.shtml>>. Acesso em: 20 out. 2001.

CODO, Wanderley. **O que é alienação**. São Paulo: Brasiliense, 1985.

CREMA, Roberto. **Introdução à visão holística**. São Paulo: Summus, 1989.

CSILLAG, João M. **Análise do valor**. 4.ed. São Paulo: Atlas, 1995.

DAVIS, Keith & NEWSTROM John W. **Comportamento humano no trabalho**. São Paulo: Pioneira, 1992.

DEJOURS, C. **Trabalho: usura mental**. São Paulo: Oboré, 1987.

[EBC], **Envelheça bem caminhando**. Disponível em: <<http://www.deidade.com.br/>>. Acesso em: 20 dez. 2001.

EFFTING, Elizabeth Quintiliano May. **Lazer para idosos aposentados: divergências de objetivos entre instituições e clientela**. Dissertação de Mestrado em Educação Física. Rio de Janeiro: Universidade Gama Filho 1994.

FINLEY, M. I. **Democracia: Antiga e Moderna**. Rio de Janeiro: Graal, 1988.

FROMM, Erich, 1974. **O espírito de liberdade**. In: _____. interpretação radical do Velho Testamento e de sua tradição. R. Janeiro: Zahar, 1974. 185 p. Trad. Waltensir Dutra 1966. "You shall be as gods". N. York, Holt, Rinehart and Winston). 2.ed.

FROMM, Erich. **O dogma de Cristo e outros ensaios sobre Religião, Psicologia e Cultura**. R. Janeiro: Zahar, 1974. 159 p. Trad. Waltensir Dutra (1970. "The dogma of Christ and other essays on Religion, Psychology and Culture". N. York, Holt, Rinehart and Winston). 4.ed. (1.ed. orig. 1955).

GODOY, Arilda S. **Introdução à pesquisa qualitativa**. Revista de Administração de Empresas, v.35, n.2, 1995.

_____. **Pesquisa qualitativa - tipos fundamentais**. Revista de Administração de Empresas, v.35, n.3, 1995.

_____. **A pesquisa qualitativa e sua utilização em administração de Empresas**. Revista de Administração de Empresas, v.35, n.4, 1995

[IBGE] Estatísticas IBGE 2000. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/censo/inovacoes.shtm>>. Acesso em: 20 dez. 2001.

LUPPI, Galvani. **Cultura organizacional: passos para a mudança**. Belo Horizonte: Luzazul, 1995.

NEWSTROM, J. W. **Comportamento humano no trabalho**. São Paulo: Pioneira, 1992.

PERROW, C. **Análise organizacional: um enfoque sociológico**. São Paulo: Atlas, 1976.

PIETRONI, Patrick. **Viver holístico**. São Paulo: Summus, 1988.

PINCHOT, Elizabeth & GIFFORD. **O poder das pessoas**. In:____. O valor do idosos enquanto pessoa humana. Rio de Janeiro: Campus, 1994. PLATT, Marianne. Trabalho de conclusão de curso. 1987.

Sonia da S. Dos Santos. **Transtornos alimentares como uma auto expressão**. Disponível em: <[http://www.psicologiaefe.hpg.ig.com.br/tema alimentar.html](http://www.psicologiaefe.hpg.ig.com.br/tema_alimentar.html)>. Acesso em: 14 set. 2001.

[TILT], **Terceira Idade ao longo do tempo**. Disponível em: <http://www.saudevidaonline.com.br/mundo_antigo.htm>. Acesso em: 12 dez. 2001.

TRIVIÑOS, A.N.S. **Introdução à Pesquisa em Ciências Sociais**: In:____. a pesquisa qualitativa na educação. 3ª ed., São Paulo, Atlas, 1992.

VARGAS, Heber Soares. **A depressão no Idoso**; São Paulo: Fundo Editorial Byk, 1992.

6 ANEXOS

6.1 Primeiro questionário aplicado na amostra

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
PÓS-GRADUAÇÃO EM ENGENHARIA DE PRODUÇÃO
ÁREA DE CONCENTRAÇÃO: ERGONOMIA

Mestranda – Delci Elena Corbari Pereira

TRABALHO PARA 3ª IDADE

QUESTIONÁRIO

GRUPO TERCEIRA IDADE *AMOR E CARINHO*

O que você considera mais importante para ter uma boa Qualidade de Vida?

6.2 Segundo questionário aplicado na amostra

1ª Folha

1. Dados Pessoais

1.1. Nome:

1.2. Endereço:

1.3. Descendência:

1.4. Escolaridade:

- | | |
|--------------------------|--------------------|
| <input type="checkbox"/> | Analfabeto |
| <input type="checkbox"/> | 1º Grau Incompleto |
| <input type="checkbox"/> | 1º Grau Completo |

- | | |
|--------------------------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> | 2º Grau Incompleto |
| <input type="checkbox"/> | 2º Grau Completo |
| <input type="checkbox"/> | Superior Incompleto |
| <input type="checkbox"/> | Superior Completo |

1.5. Estado Civil:

- | | |
|--------------------------|---------------|
| <input type="checkbox"/> | Solteiro(a) |
| <input type="checkbox"/> | Casado(a) |
| <input type="checkbox"/> | Segunda União |

- | | |
|--------------------------|-------------|
| <input type="checkbox"/> | Separado(a) |
| <input type="checkbox"/> | Viúvo(a) |
| <input type="checkbox"/> | Outro |

1.6. Número de Dependentes: _____

1.7. Ocupação Atual: _____

1.8. Profissão Anterior _____

2. Como preencher o questionário da pesquisa da 2ª folha:

2.1. **Primeira coluna:** Dos **46** itens enumerados na **folha 2**, **faça um X nos 23 itens** que você considera prioritários para viver com qualidade na terceira idade;

2.2. **Segunda coluna:** Dos 23 itens que você já escolheu **faça um X na segunda coluna nos 16 itens** principais para que a Terceira idade possa ser vivida com boa qualidade;

2.3. **Terceira coluna:** Dos **16** itens que você escolheu anteriormente, **faça um X na terceira coluna, nos 8 itens** mais importantes para que você tenha boa qualidade de vida na 3ª idade.

2.4. **Quarta Coluna :** Agora dos **8** itens assinalados com X na 3ª coluna, **enumere na quarta coluna por ordem de prioridade, os cinco itens** sem os quais seria impossível ter uma boa qualidade de vida na 3ª idade.

Observação: Caso haja empate de prioridade na quarta coluna, coloque os dois itens no mesmo número de ordem, porém não ultrapasse 5 itens.

2ª Folha

	1ª	2ª	3ª	4ª	
01.					Ser atualizado.
02.					Ser amado(a).
03.					Morar bem.
04.					Buscar Novos inter-relacionamentos.
05.					Ter o carinho da família.
06.					Ser independente.
07.					Possuir bom humor.
08.					Amar.
09.					Ter fé.
10.					Ter sonhos realizados.
11.					Fazer viagens, passeios.
12.					Ter novos objetivos a alcançar.
13.					Viver com sabedoria.
14.					Gozar de boa saúde física e mental.
15.					Ter harmonia e equilíbrio.
16.					Ter amigos.
17.					Possuir estabilidade econômica.
18.					Fazer o que gosta.
19.					Sentir-se realizado.
20.					Fazer exercícios diários, ginástica.
21.					Saber que deixou frutos (não passou em vão).
22.					Trabalhar.
23.					Ter aposentadoria decente.
24.					Receber visitas.
25.					Ocupar-se com alguma atividade.
26.					Possuir bens que possam ser usufruídos.
27.					Sentir-se útil para as outras pessoas.
28.					Ter moradia própria.
29.					Contar com um plano de saúde.
30.					Participar da vida comunitária.
31.					Viver intensamente.
32.					Gostar de si.
33.					Estar de bem consigo mesmo.
34.					Sentir plenitude.
35.					Ter opções a fazer.
36.					Viver de “sombra e água fresca”.
37.					Ter experiência.
38.					Não ser um peso para a família.
39.					Ser participativo(a).
40.					Ser consciente da idade.
41.					Ter uma vida alegre.

42.					Dançar.
43.					Ler.
44.					Aceitar as limitações.
45.					Ter humildade.
46.					Levar a vida como as fases anteriores.

6.3 Resultados da segunda fase da pesquisa em números

TABULAÇÃO DOS DADOS DA PESQUISA GRUPO TERCEIRA IDADE "AMOR E CARINHO"					
Resultado da Pesquisa em números					
	1ª	2ª	3ª	4ª	ITENS PESQUISADOS
1	13	9	4	3	Ser atualizado.
2	32	30	16	6	Ser amado(a).
3	23	15	7	3	Morar bem.
4	8	5	0	0	Buscar Novos inter-relacionamentos.
5	34	32	25	19	Ter o carinho da família.
6	11	6	1	1	Ser independente.
7	23	12	2	1	Possuir bom humor.
8	28	21	14	6	Amar.
9	36	35	29	25	Ter fé.
10	4	3	0	0	Ter sonhos realizados.
11	23	15	7	7	Fazer viagens, passeios.
12	10	3	3	2	Ter novos objetivos a alcançar.
13	14	10	2	0	Viver com sabedoria.
14	35	28	17	12	Gozar de boa saúde física e mental.
15	7	2	0	0	Ter harmonia e equilíbrio.
16	31	30	22	13	Ter amigos.
17	18	11	6	5	Possuir estabilidade econômica.
18	32	25	12	9	Fazer o que gosta.
19	9	4	1	1	Sentir-se realizado.
20	19	15	7	4	Fazer exercícios diários, ginástica.
21	15	9	3	3	Saber que deixou frutos (não passou em vão).
22	19	13	10	8	Trabalhar.
23	29	22	14	13	Ter aposentadoria decente.
24	22	11	5	2	Receber visitas.
25	25	19	15	13	Ocupar-se com alguma atividade.
26	4	1	1	0	Possuir bens que possam ser usufruídos.
27	30	21	6	4	Sentir-se útil para as outras pessoas.
28	25	17	6	3	Ter moradia própria.
29	23	12	4	3	Contar com um plano de saúde.
30	22	14	2	1	Participar da vida comunitária.
31	11	7	3	1	Viver intensamente.
32	29	22	9	3	Gostar de si.
33	25	16	7	4	Estar de bem consigo mesmo.
34	2	0	0	0	Sentir plenitude.
35	16	7	3	3	Ter opções a fazer.
36	3	3	2	0	Viver de "sombra e água fresca".
37	8	3	1	1	Ter experiência.
38	27	18	4	0	Não ser um peso para a família.
39	14	9	5	1	Ser participativo(a).
40	18	8	0	0	Ser consciente da idade.
41	25	18	2	1	Ter uma vida alegre.
42	27	21	14	4	Dançar.
43	14	7	4	1	Ler.
44	7	5	2	0	Aceitar as limitações.

45	17	13	5	4	Ter humildade.
46	7	1	2	0	Levar a vida como as fases anteriores.
Soma 1	874	608	304	190	

6.4 Resultados da segunda fase da pesquisa em percentuais

Resultado da Pesquisa em percentuais					
	1ª	2ª	3ª	4ª	ITENS PESQUISADOS
1	1,49%	1,48%	1,32%	1,58%	Ser atualizado.
2	3,66%	4,93%	5,26%	3,16%	Ser amado(a).
3	2,63%	2,47%	2,30%	1,58%	Morar bem.
4	0,92%	0,82%	0,00%	0,00%	Buscar Novos inter-relacionamentos.
5	3,89%	5,26%	8,22%	10,00%	Ter o carinho da família.
6	1,26%	0,99%	0,33%	0,53%	Ser independente.
7	2,63%	1,97%	0,66%	0,53%	Possuir bom humor.
8	3,20%	3,45%	4,61%	3,16%	Amar.
9	4,12%	5,76%	9,54%	13,16%	Ter fé.
10	0,46%	0,49%	0,00%	0,00%	Ter sonhos realizados.
11	2,63%	2,47%	2,30%	3,68%	Fazer viagens, passeios.
12	1,14%	0,49%	0,99%	1,05%	Ter novos objetivos a alcançar.
13	1,60%	1,64%	0,66%	0,00%	Viver com sabedoria.
14	4,00%	4,61%	5,59%	6,32%	Gozar de boa saúde física e mental.
15	0,80%	0,33%	0,00%	0,00%	Ter harmonia e equilíbrio.
16	3,55%	4,93%	7,24%	6,84%	Ter amigos.
17	2,06%	1,81%	1,97%	2,63%	Possuir estabilidade econômica.
18	3,66%	4,11%	3,95%	4,74%	Fazer o que gosta.
19	1,03%	0,66%	0,33%	0,53%	Sentir-se realizado.
20	2,17%	2,47%	2,30%	2,11%	Fazer exercícios diários, ginástica.
21	1,72%	1,48%	0,99%	1,58%	Saber que deixou frutos (não passou em vão).
22	2,17%	2,14%	3,29%	4,21%	Trabalhar.
23	3,32%	3,62%	4,61%	6,84%	Ter aposentadoria decente.
24	2,52%	1,81%	1,64%	1,05%	Receber visitas.
25	2,86%	3,13%	4,93%	6,84%	Ocupar-se com alguma atividade.
26	0,46%	0,16%	0,33%	0,00%	Possuir bens que possam ser usufruídos.
27	3,43%	3,45%	1,97%	2,11%	Sentir-se útil para as outras pessoas.
28	2,86%	2,80%	1,97%	1,58%	Ter moradia própria.
29	2,63%	1,97%	1,32%	1,58%	Contar com um plano de saúde.
30	2,52%	2,30%	0,66%	0,53%	Participar da vida comunitária.
31	1,26%	1,15%	0,99%	0,53%	Viver intensamente.
32	3,32%	3,62%	2,96%	1,58%	Gostar de si.
33	2,86%	2,63%	2,30%	2,11%	Estar de bem consigo mesmo.
34	0,23%	0,00%	0,00%	0,00%	Sentir plenitude.
35	1,83%	1,15%	0,99%	1,58%	Ter opções a fazer.
36	0,34%	0,49%	0,66%	0,00%	Viver de “sombra e água fresca”.
37	0,92%	0,49%	0,33%	0,53%	Ter experiência.
38	3,09%	2,96%	1,32%	0,00%	Não ser um peso para a família.
39	1,60%	1,48%	1,64%	0,53%	Ser participativo(a).
40	2,06%	1,32%	0,00%	0,00%	Ser consciente da idade.
41	2,86%	2,96%	0,66%	0,53%	Ter uma vida alegre.
42	3,09%	3,45%	4,61%	2,11%	Dançar.
43	1,60%	1,15%	1,32%	0,53%	Ler.
44	0,80%	0,82%	0,66%	0,00%	Aceitar as limitações.

45	1,95%	2,14%	1,64%	2,11%	Ter humildade.
46	0,80%	0,16%	0,66%	0,00%	Levar a vida como as fases anteriores.
Soma 2	100%	100%	100%	100%	

6.6 Terceiro questionário aplicado na amostra

QUESTIONÁRIO

1. Para ter boa qualidade de vida, você considera importante trabalhar na terceira idade?
2. Se a resposta anterior foi positiva, qual seria o número de horas ideal para esse trabalho?
3. Quais os principais requisitos que esse local deve possuir (ambiente físico)?
4. Cite as três principais exigências sociais para que ele se desenvolva prazerosamente:
5. Como você imagina que se sentiria se isso já fosse realidade?